

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL



Trabajo de Suficiencia Profesional

Inteligencia Emocional en alumnos del nivel primaria de una  
Institución Educativa Particular de Cañete 2017

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología

Presentado por:

Autor: Bachiller Manuel Angel, Valdivia Estrada

Lima-Perú  
2018

## **DEDICATORIA**

Dedico esta tesis a mis padres y a mi hermano Humberto, especialmente a mis hermanas Nadia y Diana; a mis sobrinos Rafael, Miguel y Andrea; a Johana y Mathías que siempre estuvieron apoyándome en los estudios; a Luis Montalvo por su apoyo incondicional; a mi recordado amigo Ramiro R. Parra Q. quién fue como un padre para mí; a Cesar Cavani por ser el ejemplo a seguir en mi vida. A mis Docentes y Psicólogos por la educación integral y los más sabios consejos que me brindaron. Cada uno de ellos que son la fuente de mi alegría en cada meta lograda y quienes me brindaron un soporte incondicional en los baches de la vida universitaria.

## **AGRADECIMIENTO**

Ante todo, agradezco a Dios, por brindarme fuerza, salud y ser mi fuente de armonía.

Agradezco a la universidad Inca Garcilaso de la Vega por brindarme la oportunidad de estudiar y ser un profesional.

Agradezco al Mg. Mori Doria, Marco A. por su amistad y apoyo para seguir adelante día a día.

Agradezco a mi Asesor Mg. Fernando J. Rosario Quiroz por haberme brindado la oportunidad de recurrir a su conocimiento científico en el desarrollo del presente trabajo de investigación.

Agradezco también a la Mg. María Elena Coronado de la Cruz su apoyo constante en mi Programa de Intervención.

Doy gracias a cada una de las personas que creyeron en mí, demostrando su amistad y apoyo incondicional.

## **PRESENTACIÓN**

Señores miembros del Jurado:

En cumplimiento de las normas de la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega según la Directiva N° 003-FPs y TS.-2016, expongo ante ustedes mi investigación titulado “INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ALUMNOS DEL NIVEL PRIMARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR DE CAÑETE 2017” bajo la modalidad de TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA para obtener el título profesional de licenciatura.

Esperando, señores miembros del jurado que la presente investigación sea evaluada y merezca su aprobación.

Atentamente,

***Manuel Angel Valdivia Estrada***

# Índice

<b>DEDICATORIA</b>	2
<b>AGRADECIMIENTO</b>	3
<b>PRESENTACIÓN</b>	4
Índice De Tablas	8
Índice De Figuras	8
Resumen	9
Abstract	10
Introducción	11
<b>Capítulo I: Planteamiento Del Problema</b>	13
1.1. Descripción de la realidad problemática	13
1.2. Formulación del problema	16
1.2.1. Problema general	16
1.2.2. Problema específico	16
1.2.3. Objetivo general	17
1.2.4. Objetivos específicos	17
1.3. Justificación e importancia	18
<b>Capítulo II: Marco Teórico Conceptual</b>	19
2.1. Antecedentes	19
2.1.1 Internacionales	19
2.1.2 Nacionales	23
2.2. Bases Teóricas	26
2.2.1. Modelo De Habilidad De J. Mayer Y P. Salovey	28
2.2.2. Modelos Mixtos (Rauven Bar-On; Goleman):	29
2.2.2.1. Modelo de Daniel Goleman (1995)	29

2.2.2.2. Modelo de Rauven Bar-On (1988 - 2000)	33
2.3. Definición Conceptual De Inteligencia Emocional	37
<b>Capítulo III: Metodología</b>	38
3.1. Tipo Y Diseño De La Investigación	38
3.1.1 Tipo: La presente investigación es de tipo Descriptiva y Pura de enfoque Cuantitativo.	38
3.1.2. Diseño: Se trata de un diseño no experimental, Transversal.	39
3.2. Población Y Muestra	40
3.2.1. Población	40
3.2.2. Muestra y muestreo	40
3.3. Identificación De La Variable Y Su Operacionalización	41
3.4. Técnica e Instrumento De Evaluación Y Diagnóstico	42
3.4.1. Técnica: La técnica utilizada fue la encuesta, los datos fueron recolectados a través de un instrumento psicométrico.	42
3.4.2. Instrumento:	42
<b>Capítulo IV: Procesamiento, Presentación y Análisis de Resultados</b>	44
4.1. Procesamiento de los Resultados	44
4.2. Presentación de los Resultados	44
4.3 Análisis Y Discusión	53
4.4. Conclusiones	57
4.5. Recomendaciones	60
<b>Capítulo V: Programa de Intervención</b>	61
5.1. Descripción del Problema	62
5.2. Objetivos	62
5.2.1. Objetivo General	62
5.2.2. Objetivos Específicos	62
5.3. Justificación del Programa	63
5.4. Alcance	63
5.5. Metodología	64

5.6. Recursos	65
5.6.1. Humanos	65
5.6.2. Materiales	65
5.6.3. Financieros	66
5.7. Cronograma	66
5.8. Bibliografía	67
5.9. Sesiones	68
ANEXOS	82
Anexo 1: Sesión 1: “Conociendo mis emociones”	83
Anexo 2: Sesión 2: “El buen estado de ánimo en nuestras vidas”	84
Anexo 3: Sesión 3: “Fortaleciendo relaciones interpersonales”	85
Anexo 4: Sesión 4: “Aprendiendo a ser Empáticos”	86
Anexo 5: Sesión 5: “Desarrollo pensamientos positivos”	87
Anexo 6: Sesión 7: “Manejando el Estrés”	88
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	91
ANEXO 1. Matriz De Consistencia	98
ANEXO 2. Carta de presentación a la institución educativa particular	100
ANEXO 3. INVENTARIO EMOCIONAL Bar On ICE: NA – Abreviado	
Adaptado por Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares Del Águila	101
ANEXO 4. Ficha Sociodemográfica	103
ANEXO 5. Consentimiento Informado	104
ANEXO 6. Estadísticas de confiabilidad	105
ANEXO 7. Estadísticos descriptivos	105
ANEXO 8. Estadísticos	105
ANEXO 9. Pautas de Interpretación	106
ANEXO 10. Estadísticas de total de elemento	106
ANEXO 11. Acta de Originalidad	107
ANEXO 12. Captura de Similitud a través del Turnitin	108

## Índice De Tablas

Tabla 1. Operacionalización de la variable	41
Tabla 2. Niveles de Cociente Emocional General	45
Tabla 3. Niveles del Componente Intrapersonal	46
Tabla 4. Niveles del Componente Interpersonal	47
Tabla 5. Niveles del Componente de Adaptabilidad	48
Tabla 6. Niveles del Componente de Manejo del Estrés	49
Tabla 7. Niveles del Componente de Impresión Positiva	50
Tabla 8. Niveles del Componente de Manejo del Estrés según sexo	51
Tabla 9. Niveles del Componente de Adaptabilidad según aula	52

## Índice De Figuras

Figura 1. Niveles de Cociente Emocional General	45
Figura 2. Niveles del Componente Intrapersonal	46
Figura 3. Niveles del Componente Interpersonal	47
Figura 4. Niveles del Componente Adaptabilidad	48
Figura 5. Niveles del Componente de Manejo del Estrés	49
Figura 6. Niveles del Componente de Impresión Positiva	50



## **Resumen**

La presente investigación es de Tipo Pura de Diseño no Experimental y de corte transversal, de Enfoque Cuantitativo y de Nivel Descriptivo. El objetivo general fue Determinar el nivel de Inteligencia Emocional en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete. El instrumento de evaluación fue el INVENTARIO EMOCIONAL Bar-On: NA – Abreviado (adaptado por Ugarriza y Pajares, 2005). La información se procesó con el programa SPSS 22. La población estuvo compuesta por 72 alumnos y alumnas del nivel primaria, quedando la muestra conformada por 72 evaluaciones; 40 de sexo masculino y 32 de sexo femenino. Los resultados muestran un 29.17% de alumnos con nivel Promedio de Inteligencia Emocional, el 37.50% en un nivel Promedio del Componente Intrapersonal; así mismo, en el Componente Interpersonal, el 33.33% se encuentran con un nivel Muy bueno. El 41.66% de los alumnos presentan niveles Bajo y Muy bajos en el Componente de Adaptabilidad. En el Componente de Manejo del Estrés según sexo, mostró niveles Promedio y Bajo con un 27.8%. y los resultados del Componente de Adaptabilidad según grado, mostró un 38.5% en los niveles Muy bajo y Deficiente en los alumnos de quinto y sexto del nivel primaria.

Palabra clave: Inteligencia Emocional, Emoción, Alumnos, Nivel Primaria, Institución Educativa Particular.

### **Abstract**

The present investigation is of Pure Type of Non-Experimental Design and of cross-section, of Quantitative Approach and of Descriptive Level. The general objective was to determine the level of Emotional Intelligence in the students of the primary level of a Particular Educational Institution of Cañete. The evaluation instrument was the EMOTIONAL INVENTORY Bar-On: NA - Abbreviated (adapted by Ugarriza and Pajares, 2005). The information was processed with the SPSS 22 program. The population was composed of 72 students from the primary level, with the sample consisting of 72 evaluations; 40 male and 32 female. The results show a 29.17% of students with Average level of Emotional Intelligence, 37.50% in an Average level of the Intrapersonal Component; likewise, in the Interpersonal Component, 33.33% meet a Very Good level. 41.66% of students have low and very low levels in the Adaptability Component. In the Component of Stress Management according to sex, it means Average and Low levels with 27.8%. and the results of the Adaptability Component by grade, showed 38.5% in the Very Low and Deficient levels in the fifth and sixth grade students of the Primary Level.

Keyword: Emotional Intelligence, Emotion, Students, Primary Level, Private Educational Institution.

## Introducción

Desde hace unas décadas, la inteligencia emocional se ha convertido en un tema de vital importancia en diversos ámbitos de la sociedad, tanto en el sector educativo, de salud, incluso en el ámbito laboral, debido a que existe una estrecha relación entre Inteligencia Emocional y el bienestar personal, así como el éxito en la vida de las personas. Son diversos los investigadores que se han dedicado a estudiar y profundizar sobre este constructo, Rauven Bar-On (1998), para quien la inteligencia emocional se refiere a un tipo específico de inteligencia diferente de la cognitiva, que puede ser modificada en el transcurso de la vida.

El presente trabajo se enfoca en la investigación que permitirá determinar el nivel de Inteligencia Emocional, así como también el nivel de cada una de los componentes propios al Inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On Ice: NA Abreviado, en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete, dividiéndose en cinco capítulos para una mejor comprensión:

En el capítulo I se describe la realidad problemática, se formula el Problema, los objetivos así como la justificación e importancia de investigar acerca del constructo Inteligencia Emocional.

En el capítulo II, se encuentra el marco teórico conceptual para lo cual he recopilado antecedentes tanto nacionales como internacionales, las bases teóricas y la definición conceptual de Inteligencia Emocional.

En el capítulo III se desarrolla la metodología de la investigación, diseño, población y muestra identificación y operacionalización de la variable, las técnicas e instrumento de recolección.

El capítulo IV se encuentra constituido por el procesamiento de los datos así como la presentación de los resultados, el Análisis y discusión de los resultados y las Conclusiones y Recomendaciones.

Para finalizar en el Capítulo V, se encuentra el diseño del programa de intervención denominado: **“YO, controlo mis emociones”** que permitirá a los alumnos, que

participarán en el mismo, desarrollar habilidades correspondientes a los Componentes de la Inteligencia Emocional, cuyos resultados obtenidos hayan sido bajos.

## **Capítulo I: Planteamiento Del Problema**

### **1.1. Descripción de la realidad problemática**

Hoy en día, podemos observar en muchas ocasiones personas con emociones desbordadas, perdiendo con ello, la claridad e integridad en la forma de pensar y de actuar, siendo estos, indicadores de la falta de inteligencia emocional que impera en la sociedad.

A pesar que organismos internacionales como la UNESCO (1998a, 1998b), se han preocupado por estudiar y dar propuestas para el manejo de una mejor convivencia en la sociedad, proponiendo la formación de personas capaces de adaptarse a las exigencias del mundo actual, con el informe Delors (1997), presenta cuatro columnas en las cuales se debería establecer la educación hacia el siglo XXI: aprender a ser, aprender a hacer, aprender a convivir y a conocer. Siendo los 2 últimos pilares aquí considerados, habilidades de la Inteligencia Emocional. También la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) ha presentado en el año 2015, el informe “Habilidades para el progreso social: El poder de las habilidades sociales y emocionales”, en el que reafirma el valor de las capacidades socioemocionales para el beneficio de los objetivos y el bienestar personal trazado. Indicando este informe, que es importante para el logro de metas de los sujetos, acompañar de forma efectiva con los demás y manejar las emociones, siendo estos los factores que ayudarán a la sociedad para enfrentar los desafíos del siglo XXI, esencialmente en la población infantil y adolescente.

Actualmente, estas propuestas no se reflejen en la sociedad, basta solo con ver las noticias o leer los periódicos inundados de noticias llenas de sangre y que reflejan que la delincuencia y la violencia se han incrementado. Si analizamos muchos de estos actos delictivos son ocasionados por personas con serios conflictos y perturbados emocionalmente, debido a que dentro de sus familias, probablemente, fueron criados en ambientes donde predominaba la violencia física, verbal y psicológica.

Nuestro país no es ajeno a esta realidad, tal como lo refleja un estudio realizado por el INEI (Instituto Nacional de Estadística e Informática) entre los años 2014 y 2015, a nivel Nacional, sobre Relaciones Sociales, cuyos resultados arrojaron los siguientes datos: el 74% de niños y niñas entre los nueve y once años alguna vez ha sido violentada física o psicológicamente, por personas que viven con ellos. Y en la población adolescente, entre los 12 y 17 años, el porcentaje se eleva a 81%. En esta encuesta también se revela que 75 de cada 100 niñas y niños, han sido violentados física o psicológicamente alguna vez en su vida, por parte de uno o varios compañeros de aula en su institución educativa.

Esta situación es bastante preocupante y refleja que la sana convivencia tanto en los hogares como en las escuelas está siendo afectada, viéndose el comportamiento violento, como algo natural entre los escolares, reflejando la falta de Inteligencia Emocional existente en nuestra sociedad. Más preocupante aún, es que no se está tomando en cuenta que la Inteligencia Emocional repercute en todos los ámbitos del individuo, por lo que debe ser prioritario para las instituciones educativas formar alumnos con un manejo adecuado de sus emociones y enseñarles desde pequeños a pensar antes de actuar.

Garaigordobil y García de Galdeano (2005) señala, en su investigación, que a mayor Inestabilidad Emocional existe un menor nivel de Empatía tanto en hombres como en mujeres, con estos aportes, debemos tomar conciencia de la importancia de desarrollar en los niños y adolescentes la Inteligencia Emocional y que esta debe darse en primer lugar dentro del hogar y luego debe ser reforzada en la escuela. Son los padres o cuidadores principales del niño y/o adolescente los responsables de desarrollar en ellos estas habilidades. Además el desarrollo de inteligencia Emocional en los niños y Adolescentes debe ser reforzado en los colegios, con docentes que originen su desarrollo, debiendo buscar que prime la buena convivencia, la reflexión y la tolerancia, a través del buen trato con los alumnos así como entre pares. En muchos colegios, por diversos factores, dejan de lado estos aspectos trayendo como resultado alumnos con conductas impulsivas y poco asertivas.

En lo que respecta al presente caso de investigación, se realizó las coordinaciones con la directora de la escuela para la aplicación del Instrumento de evaluación, que permitiría determinar el nivel de Inteligencia Emocional en los alumnos del nivel primaria; autorizando realizar el estudio pertinente. Se manifestó interés por conocer los resultados de la investigación y la realización del programa de intervención, debido a que se habían presentado algunos casos en que los estudiantes no habían resuelto los problemas con control emocional sino, generalmente, con agresiones verbales e incluso, con agresiones físicas, que habían terminado en problemas de disciplina.

Finalmente, se tuvo la oportunidad de recoger información verbal de las profesoras, que manifestaron su incomodidad hacia alumnos que no respetan las normas de convivencia y cuando se les trataba de corregir algún mal comportamiento, las madres y padres de familia no permitían a los profesores ejercer su autoridad, reforzando las actitudes de sus hijos, reflejando la falta de habilidades emocionales y sociales, que el presente estudio trata de determinar y sobre las cuales se trabajaran con los alumnos cuyo nivel de Inteligencia Emocional se encuentre con puntajes bajos.

## 1.2. Formulación del problema

### 1.2.1. Problema General

¿Cuál es el nivel de Inteligencia Emocional que predomina en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017?

### 1.2.2. Problemas específicos

¿Cuál es el nivel del Componente Intrapersonal que predomina en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017?

¿Cuál es el nivel del Componente Interpersonal que predomina en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017?

¿Cuál es el nivel del Componente de Adaptabilidad en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017?

¿Cuál es el nivel del Componente de Manejo del Estrés, que predomina en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017?

¿Cuál es el nivel del Componente Impresión Positiva, en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017?

¿Cuál es el nivel del Componente de Manejo del Estrés, según sexo, que predomina en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017?

¿Cuál es el nivel del Componente de Adaptabilidad según grado, en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017?



### 1.2.3. Objetivo General

Conocer el nivel de Inteligencia Emocional en alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017.

### 1.2.4. Objetivos Específicos

Identificar el nivel del Componente Intrapersonal que predomina en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017.

Identificar el nivel del Componente Interpersonal que predomina en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017.

Identificar el nivel del Componente de Adaptabilidad en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017.

Identificar el nivel del Componente de Manejo del Estrés, que predomina en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017.

Identificar el nivel del Componente Impresión Positiva, en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017.

Identificar el nivel del Componente de Manejo del Estrés, según sexo, que predomina en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017.

Identificar el nivel del Componente de Adaptabilidad, según grado, en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017.

### 1.3. Justificación e Importancia

Investigar la Inteligencia Emocional en alumnos del nivel primaria es importante debido a la ignorancia que está aún representa en la sociedad. Es por este hecho que se elaboró este tema por la problemática que origina el desconocimiento de la inteligencia emocional, los riesgos que puede facilitar al alumno a nivel personal y de salud, y así tener adultos con una cultura distinta a la que se presenta hoy en día.

En lo práctico, la investigación brinda datos sobre los niveles que favorecen y/o perjudican con respecto a la inteligencia emocional presente en alumnos del nivel primaria, esta información es de gran utilidad para la elaboración de un proyecto de intervención en la población escogida.

Con respecto al nivel teórico, la investigación puede brindar datos para conocer los diferentes niveles de inteligencia emocional de los alumnos del nivel primaria, ofrecer, al mismo tiempo, información valiosa para futuras investigaciones y para que sea de interés las investigaciones sobre la inteligencia emocional en general, como los componentes en específico.

Y su aporte metodológico es imprescindible para realizar un programa de intervención que ayude a reconocer sus emociones y actuar mejor. Brindar tratamiento a los alumnos como un programa individual y personalizado con un enfoque psicológico.

## Capítulo II: Marco Teórico Conceptual

### 2.1 Antecedentes

#### 2.1.1. Internacionales

**Gonzales (2016) tesis doctoral: “Relación entre la Inteligencia Emocional, Recursos y Problemas Psicológicos, en la Infancia y Adolescencia”.**

La investigación tuvo como objetivo: Estudiar la incidencia de la Edad y el Sexo; Explorar las relaciones entre Inteligencia Emocional, Fortalezas Personales, Ansiedad, Depresión y Quejas Somáticas, y cómo influye la Inteligencia Emocional en las variables estudiadas. La muestra se trabajó con 1166 niños y adolescentes, con edades comprendidas de 10 a 16 años, de escuelas privadas y públicas de la Ciudad de Valencia-España. Los resultados indican que las mujeres presentan mayores niveles de Inteligencia emocional. Igualmente, se observó, según la edad, predisposición al descenso en Fortalezas y una predisposición a incrementar Ansiedad, Depresión y Quejas Somáticas. Así mismo, las habilidades de Inteligencia Emocional se relacionan negativamente con Ansiedad, Depresión y Quejas Somáticas, salvo la habilidad Interpersonal con la dimensión de Fortalezas. La Inteligencia Emocional revela intensidad moderada de Depresión; intensidad baja-moderada, competencias de Establecer metas, Regulación Emocional y Ansiedad Estado-Rasgo, e intensidad baja Competencia Social, Empatía, Quejas somáticas y Conciencia emocional. La conclusión es que la Inteligencia muestra una variable relevante para el desarrollo en Fortalezas Personales así como prevenir la Ansiedad, Depresión y Quejas Somáticas, en la infancia y la adolescencia. La inteligencia emocional se evaluó por medio de Emotional Intelligence Inventory: Young Version (EQ-i:YV - Bar-On y Parker (2000), Inventario de Fortalezas Personales (PSI), Cuestionario de Ansiedad Estado/Rasgo para Niños (STAIC), Inventario de Depresión Breve para niños (CDI-S) y el Listado de Quejas Somáticas (SCL).

**Pérez (2014), presenta el trabajo de Investigación: “Relación entre la Inteligencia Emocional y la Conducta Pro social en alumnos de 3er. Ciclo de Primaria de 3 Colegios Públicos de Archena”**, cuyo objetivo general fue Estudiar la relación que existía entre la IE y la conducta pro-social en alumnos de 5to y 6to curso de educación primaria. El aspecto metodológico que usó fue Descriptivo Correlacional. Su muestra estuvo compuesta por 119 alumnos de 5to y 6to de primaria con edades comprendidas entre 10 y 13 años pertenecientes a 3 colegios públicos de Archena (Murcia-España). Los instrumentos de evaluación que aplicó fueron el EQ-i:YV (Bar On & Parker, 2000) y Conducta Pro-social (Caprara y Pastorelli, 1993, Del Barrio, Moreno & López, 2001). En sus conclusiones indica que los alumnos obtuvieron puntuaciones más elevadas en la escala estado de ánimo, por lo tanto se perciben con una actitud positiva hacia la vida. Mientras que la escala más baja en porcentaje fue la Intrapersonal, lo que significa que son menos capaces de manejar y comprender sus propias emociones. Además también la investigadora concluye que la Inteligencia Emocional es una habilidad que los niños y niñas deben adquirir a lo largo de su educación, tanto por los beneficios que conlleva para un desarrollo pleno de su personalidad como para la manifestación de una conducta pro-social.

**Buitrago (2012), presenta la tesis doctoral titulada: “Contexto Escolar e Inteligencia Emocional en Instituciones Educativas Públicas del Ámbito Rural y Urbano del Departamento de Bocayá (Colombia)”**. El enfoque metodológico fue Descriptivo y Experimental, cuyo objetivo principal fue detallar la realidad educativa de las instituciones públicas urbanas y rurales del departamento de Bocayá, a través del análisis de los contextos escolares y la inteligencia emocional de los alumnos que cursan el cuarto y quinto grado de primaria entre 8 y 16 años de edad. La población fue de 1876 estudiantes, quedando la muestra conformada por 1451 estudiantes de educación básica primaria de tres provincias del departamento de Bocayá (Colombia). Se aplicó el Inventario de IE Bar On EQ-i:YV. En este estudio se concluyó que los

alumnos evaluados tenían una Inteligencia Emocional adecuada. Sin embargo, al realizar el análisis de cada escala se obtuvo que la Escala Interpersonal era la que requería mayor atención y desarrollo debido a que obtuvo el porcentaje más bajo que las demás escalas evaluadas. Además también se halló una tendencia hacia un nivel bajo en las Escalas Intrapersonal, Interpersonal, Manejo del Estrés y Coeficiente Emocional Total, mientras que las Escalas de Adaptación y Estado de ánimo puntuaron con niveles altos. Igualmente la Escala de Impresión Positiva obtuvo nivel Alto en este estudio.

**Buenrostro, Valadez, Soltero, Nava, Zambrano y García (2011) presentan la Investigación titulada “Inteligencia emocional y rendimiento académico en adolescentes”,** cuyo objetivo era conocer la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico en adolescentes que cursaban el primer año de secundaria. Su población estuvo conformada por todos los alumnos regulares que cursaban el 1ro de secundaria, de los turnos mañana y tarde, en dos escuelas secundarias públicas de la Zona Metropolitana de Guadalajara, Jalisco, México. La muestra estuvo conformada por 439 alumnos: 282 mujeres y 157 hombres, cuyas edades se encontraban en el rango de 11 a 12 años. El Instrumento utilizado fue el Inventario de Inteligencia Emocional versión para jóvenes. (EQ-i: YV, Emotional Quotient Inventory Youth Version, Bar-On y Parker, 2000 y el TMMS 24, el cual es una versión reducida del Trait - Meta Mood Scale (TMMS), adaptada al castellano por Fernández-Berrocal y otros (2004). En sus resultados se encontró relación entre el rendimiento académico y la inteligencia emocional. Los alumnos con promedio alto de calificaciones escolares también obtuvieron un nivel más alto en todas las variables del EQi:YV, siendo significativas estadísticamente en las variables que tienen que ver con conciencia social, relaciones interpersonales, regulación y manejo del estrés, solución de problemas y adaptación. Al comparar las puntuaciones entre los diferentes niveles de rendimiento académico; finalmente, se mostraron significativas diferencias entre todos los niveles de rendimiento académico en las variables de manejo de estrés, adaptabilidad e inteligencia emocional total.

**Bernal Castillo y Ferrándiz García (2011), presentaron la Investigación titulada: “Competencia Socio-Emocional en Alumnos de 6° de Educación Primaria”.** Su objetivo principal fue: “estudiar la existencia de diferencias estadísticamente significativas en inteligencia emocional en función del sexo y tener conocimiento sobre los factores que se deben tomar en cuenta en el desarrollo emocional, que influían en el crecimiento personal, social y académico de los adolescentes”. Utilizaron el método Descriptivo y la muestra estuvo compuesta por 45 alumnos (60% hombres, 40% mujeres) de 6º grado de Primaria cuyas edades fluctuaban entre 11 y 13 años, de un colegio público de Cieza (Murcia). Los participantes pertenecían a un nivel socioeconómico entre medio-Alto y medio. Para evaluar a los alumnos aplicaron el Cuestionario de Inteligencia Emocional: Versión para Adolescentes (EQ-i: YV;BarOn y Parker, 2000). Los resultados fueron los siguientes: En su estudio se constata que los hombres se percibieron ligeramente superiores en adaptabilidad, manejo del estrés y en el total de la prueba, mientras que las mujeres se auto percibieron con mejores habilidades intrapersonales e interpersonales y con mejor estado de ánimo; sin embargo, dichas diferencias no resultaban estadísticamente significativas, probablemente debido el pequeño tamaño muestral del trabajo. Consideraron que el efecto del sexo en la Inteligencia Emocional debería de ser objeto de análisis posteriores que clarifiquen la diversidad de resultados encontrados”. También en esta Investigación se ha analizado la importancia que el constructo Inteligencia Emocional representa en el desarrollo integral del alumno.

### 2.1.2. Nacionales

**Arana y Caritimari (2016), presentan el trabajo de investigación titulado: “Personalidad e Inteligencia Emocional en los estudiantes del nivel Primaria de la Institución Educativa Adventista José de San Martín de Tarapoto, 2016”.** Para optar por el título de Licenciados en Psicología. La investigación tuvo como objetivo evidenciar, en los alumnos del nivel primaria de la Institución Educativa adventista José de San Martín de Tarapoto, 2016; la asociación entre personalidad e Inteligencia emocional. El diseño de esta investigación fue no experimental de corte transversal y de tipo Descriptivo-Correlacional, la muestra estuvo compuesta por 156 estudiantes de 08 a 12 años de edad. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario Conociendo mis emociones de Ruiz (2004) y el Inventario de personalidad de Eysenck, forma “A” para niños. De acuerdo a sus resultados se encontró que la inteligencia emocional no se asocia con la personalidad en los alumnos del nivel primario de la Institución Educativa Adventista José de San Martín. Además se halló que la dimensión de Extroversión no se asocia ( $p=0.079$ ) con la Inteligencia emocional en los alumnos de la Institución Educativa adventista José de San Martín. Por último, se encontró que la dimensión de Neuroticismo se asocia ( $p=0.079$ ) con la Inteligencia emocional en los alumnos de la Institución Educativa adventista José de San Martín.

**Echevarria (2012) presenta el trabajo de Investigación: “Estrategias de Afrontamiento al Estrés en relación con la Inteligencia Emocional en niños de 7 a 12 años de edad víctimas de desastre”.** El aspecto metodológico utilizado fue Descriptivo-Correlacional. Su muestra estuvo compuesta por 227 niños víctimas de desastre, entre 7 y 12 años de edad, de ambos sexos. En la recolección de datos, se utilizó la Escala de Estrategias de Afrontamiento al Estrés en Niños, la cual fue introducida por el investigador, su validez se formó mediante el criterio de jueces y la confiabilidad mediante el análisis interno en el cual se obtuvo un alfa de Cronbach de .787 para la Estrategia de Afrontamiento Centrado en el Problema y de .696 para la Estrategia de Afrontamiento Centrado en la Emoción; también, se utilizó el Inventario de Inteligencia Emocional Bar-On ICE:NA, estandarizado y adaptado a una muestra

de lima metropolitana por Ugarriza y Pajares (2003). El análisis obtenido de correlación Rho de Spearman revelaron que preexiste, estadísticamente, una relación demostrativa entre las estrategias de afrontamiento al estrés centradas en el problema y el cociente emocional total, siendo la misma de .36 ( $p < .01$ ); así mismo, se halló una correlación significativa y moderada entre las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción y el cociente emocional total, con una correlación de .41 ( $p < .01$ ).

**Quispe (2012), realizó la investigación titulada: Inteligencia Emocional en alumnos de sexto grado de una institución educativa policial y una estatal del distrito Callao.** El estudio fue Descriptivo-Comparativo y el objetivo fue demostrar si existen diferencias en los niveles de inteligencia emocional entre los alumnos de una institución educativa estatal y una institución educativa policial. Su muestra estuvo conformada por 140 niños de ambos sexos, que cursaban el sexto grado, con edades entre 10 y 12 años, estableciendo una muestra no probabilística de tipo intencionada. El material aplicado fue el Test Conociendo mis emociones para niños, adaptado por Ruiz y Benítez en el 2004. Se demostraron, con los resultados adquiridos que sí existen diferencias significativas en el coeficiente de la Inteligencia emocional, consiguiendo excelentes puntuaciones la institución educativa policial. Así mismo, se halló diferencias significativas en las dimensiones de adaptabilidad e intrapersonal, a favor de la institución educativa policial. Finalmente, en la dimensión felicidad-optimismo e interpersonal no se halló diferencias significativas entre estos dos grupos de alumnos.

**Manrique (2012), presenta un trabajo de investigación titulado: Inteligencia Emocional y Rendimiento Académico en estudiantes del V ciclo primaria de una Institución Educativa de Ventanilla-Callao,** fue una investigación descriptiva-Correlacional. La investigación tuvo como objetivo comparar la relación entre el rendimiento académico y la inteligencia emocional en las áreas de comunicación y matemática, en alumnos del V Ciclo del nivel primaria de una institución educativa de Ventanilla Callao. La muestra fue de 145 estudiantes de 5to y 6to grado. Se administró el Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE NA, aplicado y adaptado en el Perú por Ugarriza y Pajares. (2003), (forma completa). Se halló una



correlación positiva débil entre la inteligencia emocional total y el rendimiento académico en las áreas de comunicación y matemática; así mismo, como en la dimensión interpersonal no se descubrió relación significativa en las otras dimensiones. Finalmente, se concluyó que no siempre tendrán un mejor rendimiento académico los estudiantes con altas habilidades emocionales.

La revisión realizada de las investigaciones aquí presentadas, tanto nacionales como internacionales, permiten conocer que existe mucho interés en estudiar la importancia de gestionar las emociones para la obtención del éxito tanto académico, como para la toma de decisiones correctas en la vida. Es por este motivo que me interesó investigar sobre el tema, ya que considero que puede aportar y ayudar tanto a las familias como al sector educativo a tomar conciencia que el aprendizaje académico, así como el éxito en la vida futura de quienes están formando, depende en gran medida de un adecuado manejo de sus emociones, razón por la cual es imprescindible una formación en la cual se conjugue la Inteligencia Emocional con la Inteligencia Cognitiva, teniendo siempre presente que la primera será la que lleve al individuo hacia el desarrollo de la segunda.

## 2.2. Bases Teóricas

Revisando la información existente sobre el surgimiento del concepto de Inteligencia Emocional, debo mencionar la publicación titulada “La Expresión de la Emociones en los animales y en el hombre” cuyo autor fue Charles Darwin (1873), a fines del siglo XIX; siendo el primero que se acercó a este, dejando ver que la expresión emocional tenía un papel fundamental para la adaptación y la supervivencia. Edward Thorndike (1920) utilizó el vocablo inteligencia social, como la habilidad de comprender y motivar a otros individuos y su importancia en el rendimiento humano, además indica que existen otras dos clases de inteligencia en el ser humano, la inteligencia abstracta o la habilidad para manipular ideas y la inteligencia mecánica o la habilidad para obtener y manipular objetos.

David Wechsler (1940), indica cómo influyen los factores no intelectuales en la conducta inteligente y, mantiene que, nuestros modelos de inteligencia no podrán ser completos hasta que no se puedan detallar adecuadamente estos componentes. B. Leuner (1966) utilizó por primera vez el término, en un trabajo en el que relaciona la influencia de la familia para sentar las bases de la Inteligencia Emocional en la etapa pre-verbal del niño, Sin embargo, faltó desarrollar el concepto de Inteligencia Emocional.

Luego de muchos años en los cuales la Inteligencia fue considerada y medida a través del CI de los sujetos, fue Howard Gardner (1983), quien da a conocer su teoría de las inteligencias múltiples, en la que indica que las personas tenemos 8 tipos de inteligencia, las cuales nos permiten relacionarnos con nuestro entorno. Estas inteligencias son:

- **Inteligencia Lingüística:** Es la habilidad de manejar adecuadamente lo relacionado con las palabras, el lenguaje y lo verbal.
- **Inteligencia Lógica:** La poseen aquellas personas que desarrollan adecuadamente la precisión y el pensamiento abstracto, la organización a través de o secuencias o pautas.

- **Inteligencia Musical:** Personas con habilidades para la música y los ritmos.
- **Inteligencia Visual - Espacial:** Aquellas personas con capacidad de formar elementos, diferenciarlos y ponerlos ordenadamente en el espacio, así como, relacionarlos entre ellos.
- **Inteligencia Kinestésica:** Personas con una adecuada habilidad para el movimiento corporal y los reflejos.
- **Inteligencia Interpersonal:** Personas que se interrelacionan con otras personas de forma adecuada.
- **Inteligencia Intrapersonal:** Personas que se conocen a sí mismos, capaces de motivarse y que tienen buena autoestima.
- **Inteligencia naturalista o Ecológica:** Consiste en la capacidad para conectar con la naturaleza.

Esta teoría se ha convertido en una de las bases principales para el desarrollo de los modelos actuales de Inteligencia Emocional, debido a que en esta teoría se mencionan los factores, Inteligencia Intrapersonal e Interpersonal, que se encuentran también como factores principales de la IE. Gracias a las aportaciones de Gardner, se empieza a considerar la existencia de diversas inteligencias, luego de haberse considerado durante muchos años, que la inteligencia era solo una, que nacía junto con el ser humano y que no se podía modificar.

En ese mismo año Reuven Bar-On (1983) utilizó la expresión EQ (Emotional Quotient) en su tesis doctoral *The development of an operational concept of psychological well-being*, sin embargo, en esta oportunidad pasó desapercibido y recién fue tomado en cuenta, cuando creó el Inventario de Coeficiente Emocional Bar On (1997).

Los Psicólogos, Peter Salovey y el John Mayer (1990) hacen referencia al término inteligencia emocional.

En el año 1995, el Psicólogo Daniel Goleman publica su obra sobre Inteligencia Emocional y es a partir de allí que este término cobra mayor interés para diversos investigadores.

Actualmente se ha investigado mucho acerca de la Inteligencia Emocional; sin embargo, existen 3 modelos que la explican y que tienen un reconocimiento científico, las mismas que se describen a continuación:

#### 2.2.1. Modelo de Habilidad de J. Mayer y P. Salovey.

Según Salovey Y Mayer (1990) la Inteligencia Emocional, es un tipo de Inteligencia Social en la que contiene la habilidad de tomar en cuenta y entender las emociones propias y de los demás, diferenciar entre ellas y usar la información (afectiva) para guiar el pensamiento y las acciones de uno. Al indicar el término “habilidad”, los autores se refieren a que esta puede ser entrenada, trabajada y fortalecida.

En su modelo, estos autores consideran la Inteligencia Emocional como un grupo de habilidades cognitivas, independientes de cualquier otro rasgo de personalidad. Su modelo está conformado por 4 niveles que se interrelacionan entre sí:

**1º) Percepción emocional:** Sirve para identificar emociones en uno mismo y además las de otras personas. Esta habilidad también permite expresar emociones de la forma adecuada.

**2º) Facilitación o Asimilación emocional:** Manera en que las emociones intervienen en nuestro pensamiento, y nuestros pensamientos en nuestras emociones.

**3º) Comprensión emocional:** Es la habilidad de entender y pensar sobre las emociones que estamos teniendo, lo mismo con las emociones de los demás.

**4º) Regulación emocional:** Es la habilidad que nos permite moderar las emociones negativas y aumentar las positivas. Está dada por la tolerancia emocional tanto de los sentimientos positivos como de aquellos considerados desagradables o negativos.

Estos autores, junto con Caruso, han seguido trabajando en el concepto de inteligencia emocional, siempre desde la parte cognitiva y la definen de la siguiente forma: “la capacidad para procesar la información emocional con exactitud y eficacia, incluyéndose la capacidad para percibir, asimilar, comprender y regular las emociones” (Mayer, Salovey y Caruso, 2000, p.107).

Cabe resaltar que en este modelo el constructo Inteligencia Emocional es considerado como una capacidad mental.

#### 2.2.2. Modelos Mixtos (Rauven Bar-on; Goleman):

##### 2.2.2.1. Modelo de Daniel Goleman (1995)

Según el psicólogo y escritor estadounidense Daniel Goleman, la Inteligencia Emocional es una “nueva inteligencia”, gracias a la cual las personas podemos llegar a tener una vida exitosa y no solo por sus logros académicos. Para este autor, la Inteligencia Emocional es una Inteligencia que está vinculada, pero al mismo tiempo, diferenciada de la intelectual. Además, indica la Inteligencia Emocional es la capacidad que tenemos los seres humanos para reconocer nuestros sentimientos, y de los demás, así como de motivarnos y hacer un buen uso de la interrelaciones.

Para construir su modelo de IE, Goleman ha tomado como base, los hallazgos científicos de diversos investigadores tales como: Howard Gardner y su Teoría de las Inteligencias Múltiples, así como también, los hallazgos del profesor de psicología David Mc Clelland, que indicaba que el CI de una persona no definía cuan exitoso era en la vida y que este dependía de las competencias que hubiera desarrollado; otra influencia

más reciente en el trabajo de Goleman ha sido el investigador en Neurofisiología Joseph Le Doux, quien fue el primero en descubrir la importancia que tiene la amígdala en el cerebro emocional e indicó que la emoción precede al pensamiento. Gracias a estos descubrimientos Goleman (1995), explica en su libro Inteligencia Emocional “que el núcleo de la Inteligencia Emocional se encuentra en la interrelación existente entre la amígdala y el neocórtex” (p. 26).

El modelo de Inteligencia Emocional de Goleman, posee las siguientes características:

- Habilidad para auto motivarnos.
- Ser perseverantes a pesar de las situaciones difíciles que se presenten.
- Tener control de los impulsos.
- Desarrollar un buen estado de ánimo.
- Manejar adecuadamente los momentos de tensión.
- Ser personas empáticas y confiar en los demás.

Este modelo descrito por Goleman nos indica que el éxito en la vida de las personas, va a depender del grado de dominio de estas habilidades y por el contrario, aquellos con similar o mayor nivel intelectual que no dominen estas habilidades, no podrán llegar muy lejos.

Según Goleman la Inteligencia Emocional se apoya en 5 puntos fundamentales:

#### **1.- Autoconciencia o autoconocimiento:**

Según Goleman, esta habilidad se trata de entender nuestras emociones: estados internos, preferencias, recursos, intuiciones, fortalezas, debilidades, necesidades e impulsos.

Está compuesta por:

Conciencia emocional: Significa tener conciencia del efecto que nos causan nuestras emociones.

Valoración adecuada de uno mismo: Conocer y reconocer nuestras fortalezas y debilidades.

Confianza en uno mismo: Es la seguridad en nuestros actos, así como valorar nuestras capacidades.

**2.- Autorregulación:** Habilidad para controlar nuestros sentimientos.

Está compuesta por:

Autocontrol: Es el manejo adecuado de impulsos y emociones que nos perjudiquen.

Confiabilidad: Ser honestos e íntegros.

Integridad: Hacernos responsables de nuestros actos.

Adaptabilidad: Resistir y afrontar cambios.

Innovación: Tener buena disposición frente a nuevas ideas, nuevos enfoques e información.

**3.- Motivación:**

Goleman indica que existen factores externos que motivan a los sujetos, como ganar un sueldo alto o tener una buena posición económica, un puesto de trabajo importante o quizá formar parte de una empresa prestigiosa.

Compuesta por:

Motivación al logro: Es el estímulo que permite conseguir las metas establecidas.

Compromiso: Contribuir y aliarse a las metas del grupo u organización.

Iniciativa: Aprovechar el momento en que se presentan las oportunidades.

Optimismo: Continuar a pesar de las dificultades para conseguir los objetivos.

#### **4.- Empatía:**

Para Goleman esta habilidad es la que permite darnos cuenta y considerar que los demás tienen sentimientos, necesidades y preocupaciones.

Está compuesta por:

Comprensión por los demás

Darse cuenta de las necesidades de otras personas.

Aprovechar la diversidad

**5.- Habilidades sociales:** Para Goleman esta habilidad es la que las personas vayan en la dirección que se han fijado, así como guiar a los demás, hacia el logro de buenos resultados. Se requiere:

Influencia: Ser persuasivo.

Comunicación: escuchar y transmitir mensajes claros.

Manejo de conflictos: Saber enfrentar situaciones problemáticas, negociar y resolver discrepancias.

Liderazgo: Influir y guiar a grupos y personas.

Catalizador de cambio: iniciar y manejar situaciones de cambio.

Establecer vínculos: Generar relaciones que propicien lograr objetivos.

Colaboración y cooperación: Ser capaz de trabajar en equipo, para alcanzar una meta común.

Habilidades de equipo: La unión del equipo para el logro de sus metas.

El modelo de Goleman (1995) es quizá el más conocido para la el gran mayoría de personas, sin embargo, es bastante criticado por parte de la comunidad científica (Mestre y Fernández Berrocal, 2007). Sin embargo, gracias a él, la Inteligencia Emocional ha ganado gran difusión.



#### 2.2.2.2. Modelo de Reuven Bar-On (1988 – 2000)

Bar-On, para desarrollar su modelo, ha tomado como punto de referencia las investigaciones realizadas por Salovey y Mayer y además ha realizado investigaciones conjuntamente con un equipo de neurocientíficos, de la Universidad de Medicina de Iowa, liderado por Antonio Damasio, quien es uno de los principales neurólogos en la actualidad.

Para ello, en sus investigaciones realizaron estudios en pacientes que habían tenido lesiones en ciertas zonas del cerebro, que estaban relacionadas con la conducta y con ciertas funciones mentales. Descubriendo varias zonas que estaban estrechamente relacionadas con el desarrollo de habilidades emocionales así como sociales.

Uno de estos casos es el que investigó Damasio, acerca de un abogado que tuvieron que realizarle una compleja operación para extirparle un tumor cerebral, la intervención resultó exitosa; sin embargo, a raíz de esta, el abogado empezó a tener una serie de inconvenientes a nivel personal, perdió el trabajo, porque ya no lo realizaba correctamente, como lo hacía antes de la operación, también se divorció, perdió su casa; lo extraño era que al realizarle todos los exámenes neurológicos, se halló que todas sus facultades cognitivas eran perfectas, fue Damasio quien descubrió que el abogado no podía tomar buenas decisiones debido a que en la operación habían dañado la parte del cerebro medio que es donde está la amígdala y que es el centro de las emociones y la parte de la corteza pre frontal que es la que ayuda entre otras funciones, para resolver problemas personales (Goleman, 2011).

Es así como Reuven Bar-On, ha basado su modelo, en lo que gracias a diversas investigaciones, se conoce acerca del circuito neuronal, que parece estar ubicado en la amígdala derecha, que representa la capacidad de percibir emociones. La corteza somato- sensorial e insular derecha, que rige la capacidad de percibir y razonar cómo se sienten las personas. El giro cingulado anterior que regula la capacidad de controlar las emociones y ejecutar un buen juicio. La corteza prefrontal ventromedial orbito frontal, que sirve para regular la capacidad de relacionarse con los demás, expresar sentimientos, así como para resolver problemas de naturaleza personal e interpersonal.

Según Rauven Bar-On, este modelo se sostiene en cinco componentes principales (Componentes), que contienen a su vez cada uno tres factores, haciendo un total de 15 factores medibles con el Inventario creado por él mismo.

A continuación se explican los 15 factores de la Inteligencia Emocional, que son medidos por los Componentes del Inventario de Bar-On Ice.

### **Componente Intrapersonal:**

**Autoconciencia Emocional:** Habilidad para reconocer los sentimientos de uno mismo/a y también diferenciarlos entre ellos y saber lo que los causó.

**Asertividad:** Habilidad para expresar sentimientos, pensamientos, creencias y defender nuestros derechos de forma serena. La asertividad se forma a partir de tres componentes en habilidades:

(a) Para expresar sentimientos

(b) Expresar creencias y pensamientos abiertamente

(c) Defender los propios derechos, no permitir que otros se aprovechen o que lo perjudiquen.

**Autoestima:** Son los sentimientos de auto-afirmación, seguridad, fuerza interior, y sentimientos de autoeficacia y adecuación es decir, un sujeto con buen nivel de auto-estima se siente satisfecha consigo mismo/a.

**Autorrealización:** Habilidad de las personas para llevar a cabo todas sus potencialidades y capacidades, con entusiasmo y comprometido/a con las metas personales que se proponga.

**Independencia:** Habilidad para desempeñarse de manera autónoma, evitan el apego.

## **Componente Interpersonal**

**Relaciones Interpersonales:** Habilidad para establecer y constituir nuevas relaciones, y se sienten satisfechos/as con las mismas.

**Empatía:** Habilidad de comprender las emociones de otras personas, así como mostrar interés, inquietud y preocupación por ellos.

**Responsabilidad Social:** Interesarse por los demás, es decir, implicarse en responsabilidades orientadas hacia la sociedad o comunidad.

## **Componente De Adaptabilidad**

**Solución de Problemas: Habilidad** de para enfrentarse a las situaciones difíciles y resolverlas lo mejor posible, no evitarlos o alejarse de ellos.

**Prueba de realidad:** Es la habilidad para formarse una idea precisa y correcta de la situación que se les presente.

**Flexibilidad:** Habilidad para aceptar o reconocer cuando las evidencias indican que están equivocados/as. Aquellos sujetos con esta capacidad desarrollada son abiertos y tolerantes con las ideas y la forma de ser de los otros.

## **Componente De Manejo Del Estrés**

**Tolerancia al Estrés:** Capacidad para sobrellevar situaciones difíciles de forma tranquila. Esta habilidad se basa en:

- (a) Capacidad para resolver y ser efectivo frente a situaciones o momentos de tensión.
- (b) Ser optimista frente a nuevas experiencias y hacia los cambios en general, así como para superar exitosamente los problemas específicos.
- (c) Sentir que se puede controlar las situaciones estresantes manteniendo la calma.

**Control de la Impulsividad:** Capacidad de controlar la agresión, la hostilidad y la conducta irresponsable.

## **Componente Del Estado De Animo General**

**Felicidad:** Es la habilidad que permite a las personas tener una excelente actitud para pasarlo bien en todos los aspectos de su vida.

**Optimismo:** Ver el lado positivo a pesar de las adversidades que se puedan presentar.

Luego han surgido diversos autores que han creado sus modelos de Inteligencia Emocional, basándose en los tres anteriores, sin embargo, según lo indica el autor Vallés (2005), la comunidad científica determina que estos modelos no han desarrollado métodos adecuados para medir los diversos componentes de la inteligencia emocional de una forma objetiva y confiable. Esto demuestra que cada vez es mayor el interés por parte de los investigadores en la Inteligencia Emocional

Después de hacer un repaso por las definiciones que los investigadores han aportado hasta el día de hoy, se deduce, que existen algunas diferencias al momento de definir el concepto Inteligencia Emocional, en el modelo de Salovey y Mayer, se indica que la Inteligencia Emocional es una capacidad cognitiva de la persona y que esta debe medirse como los test de inteligencia cognitiva, con respuestas correctas o incorrectas. Mientras que, en los modelos mixtos, Goleman y Bar-On indican que la Inteligencia Emocional debe ser medida con instrumentos más parecidos a los tests de personalidad tipo autoinforme, para que los sujetos describan su propio comportamiento y en el que no hay respuestas correctas o incorrectas.

A pesar de las diversas opiniones acerca de la definición de Inteligencia Emocional, en lo que sí existe un acuerdo bastante generalizado, es que los seres humanos poseemos ciertas competencias emocionales, que son importantes para la vida y que pueden ser aprendidas, además que estas deben ser aplicadas en todos los ámbitos en los que nos desenvolvamos, ya sea en el educativo, en el área de la salud o en el área organizacional.

Para esta investigación me he basado en el modelo descrito por Rauven Bar-On, porque considero que este enriquece de una manera significativa el concepto de Inteligencia Emocional, además me parece bastante interesante el hecho que incluya dentro de sus

factores, a la felicidad y el optimismo, los cuales no deben estar ajenos a las personas y a como estos componentes influyen en los entornos sociales en los que nos desenvolvemos. Además, que incluya dentro del modelo cualidades positivas como la asertividad, la autorrealización y la autoestima lo convierten en un enfoque más cercano a la psicología positiva, cuyo objetivo principal, es mejorar la calidad de vida, ya que hoy en día está demostrado que existe una relación importante entre la salud mental y la capacidad de manejar adecuadamente nuestras emociones y aquellas situaciones estresantes que se nos puedan presentar en nuestro día a día.

### 2.3. Definición Conceptual de Inteligencia Emocional

Emoción: Alteración del ánimo producida por un sentimiento de este tipo.

Inteligencia: Facultad de la mente que permite aprender, entender, razonar, tomar decisiones y formarse una idea determinada de la realidad.

Según Reuven Bar On (1997), la inteligencia emocional se define como un conjunto de habilidades personales, emocionales, y sociales y de destrezas, que influyen en nuestra habilidad para adaptarnos y enfrentar las demandas y presiones del medio. Como tal, nuestra inteligencia no cognitiva es un factor importante en la determinación de la habilidad para tener éxito en la vida, influyendo directamente en el bienestar general y en la salud emocional (Ugarriza y Pajares, 2003, p.13)

## Capítulo III: Metodología

### 3.1 Tipo y Diseño de la Investigación

#### **3.1.1. Tipo: La presente investigación es de tipo Descriptiva y Pura de enfoque Cuantitativo.**

La investigación estuvo orientada al conocimiento actualizado de la variable Inteligencia Emocional en alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete, cuyas edades fluctúan entre 7 y 12 años. Tal como lo indican Sánchez y Reyes (2006), en su Manual Metodología de la Investigación: “la investigación descriptiva busca conocer para hacer, actuar, construir, modificar; le preocupa la aplicación inmediata sobre una realidad circunstancial” (p.73)

De Investigación Pura que se caracteriza porque forma parte de un marco teórico y permanece en él; su objetivo radica en proponer nuevas teorías o cambiar las existentes, en ampliar los conocimientos; sin embargo, no son comparados con ningún aspecto práctico (Hernández, Fernández y Baptista, 2004).

Cuantitativo, porque los datos han sido recopilados y analizados de forma estructurada, basándome en distintas fuentes. Además se ha usado herramientas informáticas, estadísticas y matemáticas para obtener los resultados. Tal como señala Rodríguez Peñuelas (2010):

“El método cuantitativo se centra en los hechos o causas del fenómeno social con escaso interés por los estados subjetivos del individuo. Este método utiliza el cuestionario, inventarios y análisis demográficos que producen números, los cuales pueden ser analizados estadísticamente para verificar, aprobar o rechazar las relaciones entre las variables definidas operacionalmente, además regularmente la presentación de resultados de estudios cuantitativos viene sustentada con tablas estadísticas, gráficas y un análisis numérico (p.32)”

### 3.1.2. Diseño: Se trata de un diseño no experimental, Transversal.

Es no experimental porque ha permitido indagar la incidencia y los valores en que se manifiesta la variable Inteligencia Emocional, en la población de alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete, a través del Inventario de Inteligencia Emocional Bar On Ice-NA. Tal como señalan (Hernández et al., 2004) “La investigación no experimental es la que se realiza sin manipular deliberadamente variables; lo que se hace en este tipo de investigación es observar fenómenos tal y como se dan en su contexto natural, para después analizarlos”.

Es Transversal porque se ha recolectado la información sobre la variable Inteligencia Emocional, por única vez en el mes de noviembre del año 2017 en la población de alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete. Como indican (Hernández et al., 2004) en su libro Metodología de la Investigación:

En los diseños transversales se busca recolectar datos en un solo momento en un único tiempo, su propósito es describir una o más variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. Es como tomar una fotografía a algo que sucede (p. 270).



Dónde:

O<sub>1</sub> = Inteligencia Emocional

M = Muestra

## 3.2 Población y Muestra

### 3.2.1 Población

La población estuvo compuesta por 72 alumnos del nivel primaria de una, cuyas edades fluctúan entre 7 y 12 años de edad, de una Institución Educativa Particular de Cañete.

### 3.2.2 Muestra y Muestreo

Según Ramírez (1997), establece “la muestra censal es aquella donde todas las unidades de investigación son consideradas como muestra”. Se entiende que la población a experimentar se precise como censal por ser paralelamente muestra, universo y población.

Asimismo, el muestreo empleado fue de tipo no probabilístico, en su modalidad intencional, para lo cual se empleó los siguientes criterios de selección de la muestra en pos de considerarla representativa mediante la inclusión de individuos típicos de la población (Sánchez et al., 2006). Siendo los sujetos seleccionados dada la conveniente accesibilidad y proximidad de los sujetos para el investigador.



### 3.3. Identificación de la Variable y su Operacionalización

Tabla 1. Operacionalización de la variable

NOMBRE VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	NIVEL DE MEDICION	ESCALAS DE INTERPRETACIÓN
INTELIGENCIA EMOCIONAL	La inteligencia emocional es el conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales y de destrezas que influyen en nuestra habilidad para adaptarnos y enfrentar las demandas y presiones del medio (bar-on, 1997)	Medición obtenida por el Inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On ice – NA: Abreviado. Adaptado en el Perú por Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares (2003)	- Componente Intrapersonal	Comprensión Emocional De Sí Mismo, Asertividad,	2,6,12, 14,21,26	ORDINAL	Excelentemente Desarrollada (130 y Más)
			-Componente Interpersonal	Autoconcepto, Autorrealización E Independencia.	1,4,18, 23,28,30		Muy Bien Desarrollada (120 a 129)
			-Componente De Adaptabilidad	Empatia, Interpersonales Y Responsabilidad Social.	5,8,9, 17,27,29		Bien Desarrollada (110 a 119)
			-Componente De Manejo Del Estrés	Solución De Problemas, Prueba De La Realidady Flexibilidad.	10,13,16, 19,22,24		Promedio (90 a 109)
			-Componente De Impresión Positiva	Tolerancia Al Estrés Y Control De Impulsos. Felicidad Y Optimismo	3,7,11, 15,20,25		Mal Desarrollada (80 a 89)
							Necesita Desarrollarse Considerablemente (70 a 79)
							Nivel de Desarrollo Marcadamente Bajo (69 y Menos)

### 3.4. Técnica e Instrumento De Evaluación Y Diagnóstico

3.4.1. Técnica: La técnica utilizada fue la encuesta, los datos fueron recolectados a través de un instrumento psicométrico.

3.4.2. Instrumento:

#### **INVENTARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL DE BAR ON ICE - NA**

##### **FICHA TECNICA**

Nombre	:	EQI-YV Bar On Emotional Quotient Inventory
Autor	:	Reuven Bar-On
Procedencia	:	Toronto – Canadá
Adaptación Peruana:		Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares.
Administración	:	Individual o Colectiva
Formas	:	Completa y Abreviada
Duración	:	Sin Límite de tiempo (Forma Completa: 20 a 25 minutos aprox., abreviada 10 a 15 minutos aprox).
Aplicación	:	Niños y Adolescentes entre 7 y 18 años
Puntuación	:	Calificación computarizada
Significación	:	Evaluación de las habilidades emocionales y Sociales.
Tipificación	:	Baremos Peruanos.
Usos	:	Educacional, Clínico, Jurídico, Médico y en la Investigación. Profesionales como psicólogos, psiquiatras, médicos, trabajadores sociales, consejeros, tutores y orientadores vocacionales.
Materiales	:	Un disquete que contiene: Cuestionario de la Forma completa y abreviada, calificación Computarizada y perfiles.

**Validez:** Los diversos estudios de validez del Bar On – ICE, básicamente están destinados a demostrar cuan exitoso y eficiente es este instrumento, en la evaluación de lo que se propone. Nueve tipos de estudio de validación: validez de contenido, aparente, factorial, de constructo, convergente, divergente, de grupo-criterio, discriminadamente y validez predictiva ha sido conducida en seis países en los últimos 17 años. La validez de contenido y la validez aparente, no son pruebas de validación en sentido estricto, sino una indicación de cuan bien los ítems cubren el dominio de cada una de las escalas, y cuan fácilmente ella es comprendida por el evaluado. En el caso de la muestra normativa peruana, la validación del BarOn Ice-NA, se ha centralizado en dos asuntos importantes: En la validez de constructo del inventario y en la multidimensionalidad de las diversas escalas. Aunque la validez de cualquier instrumento es un proceso continuo, se puede sostener que este inventario tiene suficiente validez de constructo y es recomendable para uso clínico (Ugarriza y Pajares, 2003, p.25).

**Confiabilidad:** La confiabilidad indica en qué medida las diferencias individuales de los puntajes en un test pueden ser atribuidos a las diferencias “verdaderas” de las características consideradas. Los estudios de confiabilidad ejecutados sobre el I-CE en el extranjero se han centrado en la consistencia interna y confiabilidad re-test. Los coeficientes alfa promedio de cronbach son altos para casi todas los subcomponentes, el más bajo 69 fue para responsabilidad social y el más alto 86 para comprensión de sí mismo (Ugarriza y Pajares, 2003, p.29).

## **Capítulo IV: Procesamiento, Presentación y Análisis de Resultados**

### **4.1. Procesamientos de los Resultados**

Como primer paso se utilizó el software para obtener los resultados de las evaluaciones aplicadas a la muestra, eliminándose aquellas evaluaciones cuyo índice de inconsistencia tenían un puntaje por encima de 10, luego se creó una base de datos en Excel con los resultados obtenidos, los cuales fueron procesados con el programa SPSS versión 22 obteniendo las estadísticas descriptivas: frecuencias, media aritmética, percentiles, de la variable Inteligencia Emocional y sus cinco Componentes: Intrapersonal, Interpersonal, Adaptabilidad, Manejo del Estrés, Estado de Ánimo; además del componente de Impresión Positiva. Todos estos resultados se presentan utilizando tablas y figuras, realizadas con el programa Excel.

### **4.2. Presentación de los Resultados**

A continuación se presentan los resultados, el análisis y discusión de frecuencias del presente estudio, utilizando baremos de tipo central (Infante Gonzales, 1980), obtenidos de la recolección de datos a través del Inventario BarOn ICE-NA, en una muestra de alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017.

Tabla 2  
*Niveles de Cociente Emocional General*

	Frecuencia	Porcentaje
Deficiente	2	2.78%
Muy Baja	2	2.78%
Baja	5	6.94%
Promedio	21	29.17%
Bien	9	12.50%
Muy Bien	16	22.22%
Excelente	17	23.61%
Total	72	100.0%

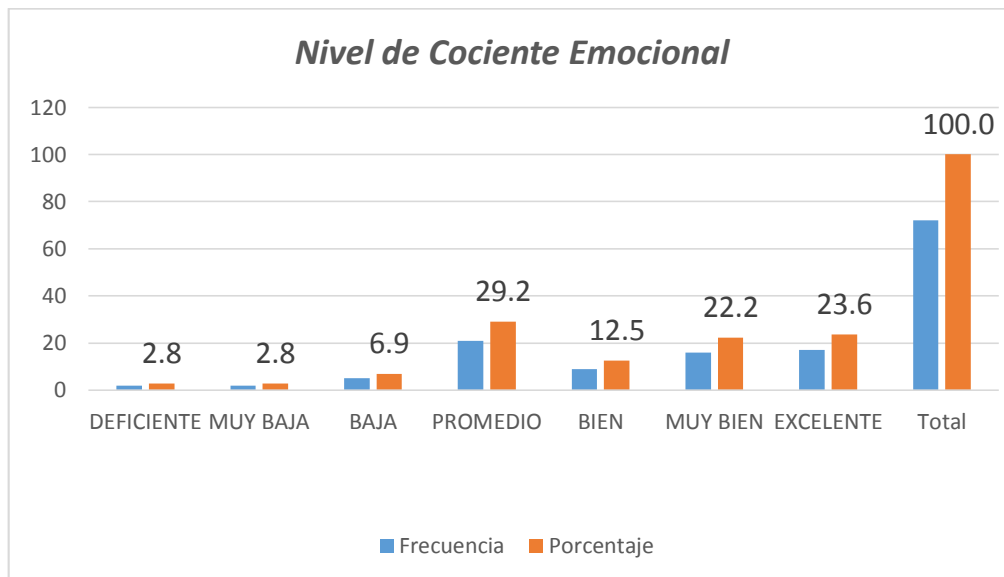


Figura 1. *Niveles de Cociente Emocional General*

En la tabla 2 y figura 1 se presentan los niveles de Cociente Emocional General, se observa que el 29.17% de la muestra de estudio se ubica en un nivel Promedio, a la vez se observa que el 23.61% se ubica en un nivel Excelente, aproximadamente 5.56% se ubica en una categoría Muy bajo y Deficiente.

Tabla 3  
*Niveles del Componente Intrapersonal*

	Frecuencia	Porcentaje
Deficiente	2	2,8%
Muy Baja	4	5,6%
Baja	9	12,5%
Promedio	27	37,5%
Bien	9	12,5%
Muy Bien	9	12,5%
Excelente	12	16,7%
Total	72	100,0%

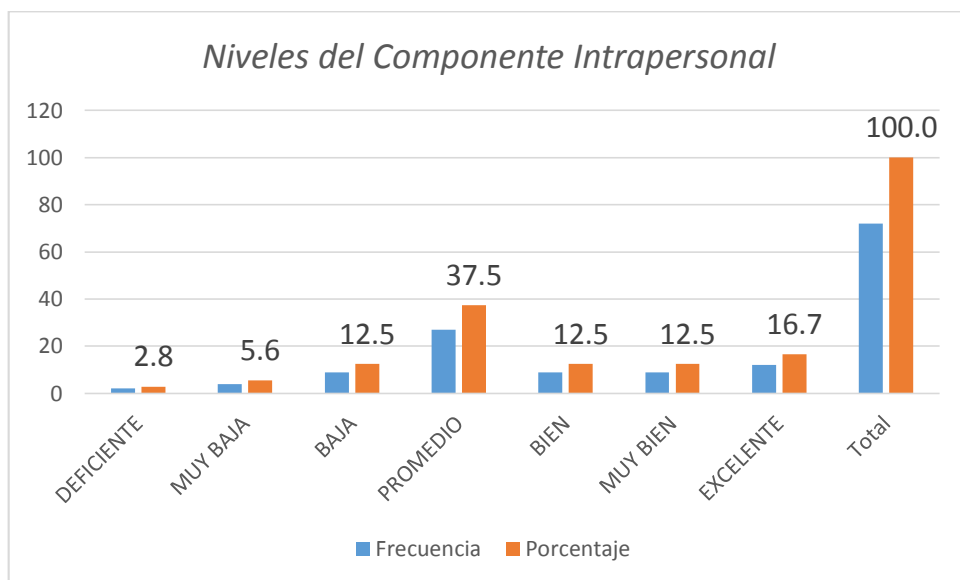


Figura 2. *Niveles del Componente Intrapersonal*

En la tabla 3 y figura 2 se presentan los niveles del Componente Intrapersonal, se observa que el 37.50% de la muestra de estudio se ubica en un nivel Promedio, a la vez se observa que el 16.67% se ubica en un nivel Excelente y aproximadamente un 20.9% se ubican en los niveles Bajo, Muy bajo y Deficiente.

Tabla 4  
*Niveles del Componente Interpersonal*

	Frecuencia	Porcentaje
Deficiente	2	2,8%
Baja	2	2,8%
Promedio	21	29,2%
Bien	15	20,8%
Muy Bien	24	33,3%
Excelente	8	11,1%
Total	72	100,0%

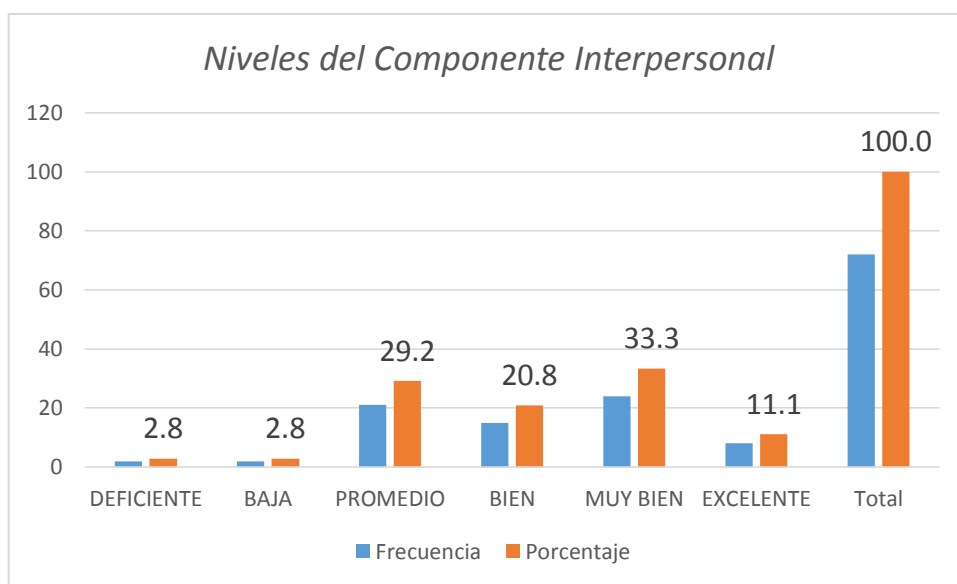


Figura 3. *Niveles del Componente Interpersonal*

En la tabla 4 y figura 3 se presentan los niveles del Componente Interpersonal, se observa que el 33.3% de la muestra de estudio se ubica en un nivel Muy bueno; así mismo, se observa que el 29.2% se ubica en un nivel Promedio y un 5.6% con niveles Bajo y Deficiente.

Tabla 5

*Niveles del Componente de Adaptabilidad*

	Frecuencia	Porcentaje
Deficiente	2	2.78%
Muy Baja	3	4.17%
Baja	15	20.83%
Promedio	24	33.33%
Bien	13	18.06%
Muy Bien	15	20.83%
Total	72	100.0%

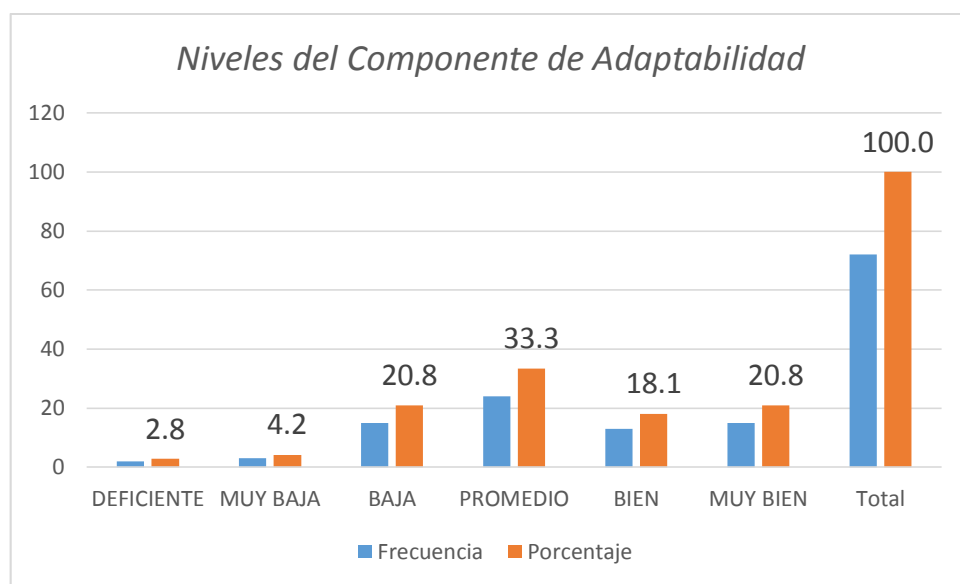


Figura 4. *Niveles del Componente Adaptabilidad*

En la tabla 5 y figura 4 se presentan los niveles del Componente de Adaptabilidad, se observa que el 33.33% de la muestra de estudio se ubica en un nivel promedio, a la vez se observa que el 41.66% se ubica en los niveles Muy bueno y Bajo, aproximadamente 6.95% se ubica en una categoría Muy bajo y Deficiente.



Tabla 6

*Niveles del Componente del Manejo del Estrés*

	Frecuencia	Porcentaje
Deficiente	6	8,3%
Muy Baja	5	6,9%
Baja	10	13,9%
Promedio	10	13,9%
Bien	19	26,4%
Muy Bien	9	12,5%
Excelente	13	18,1%
Total	72	100,0%

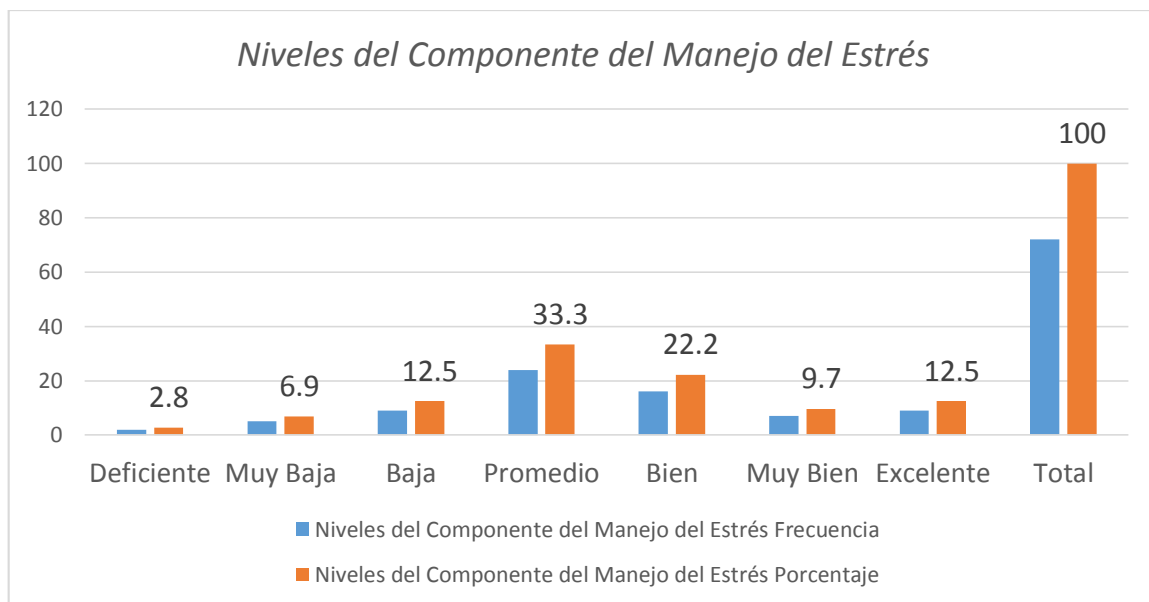


Figura 5. *Niveles del Componente del Manejo del Estrés*

En la tabla 6 y figura 5 se presentan los niveles del Componente del Manejo del Estrés, se observa que el 30.6% de la muestra de estudio se ubican en un nivel Excelente y Muy Bueno, a la vez se observa que el 13.9% se ubica en un nivel Promedio, aproximadamente 29.1% se ubica en una categoría Bajo, Muy bajo y Deficiente.

Tabla 7

*Niveles de Impresión Positiva*

	Frecuencia	Porcentaje
Deficiente	2	2.8%
Muy Baja	5	6.9%
Baja	9	12.5%
Promedio	24	33.3%
Bien	16	22.2%
Muy Bien	7	9.7%
Excelente	9	12.5%
Total	72	100%

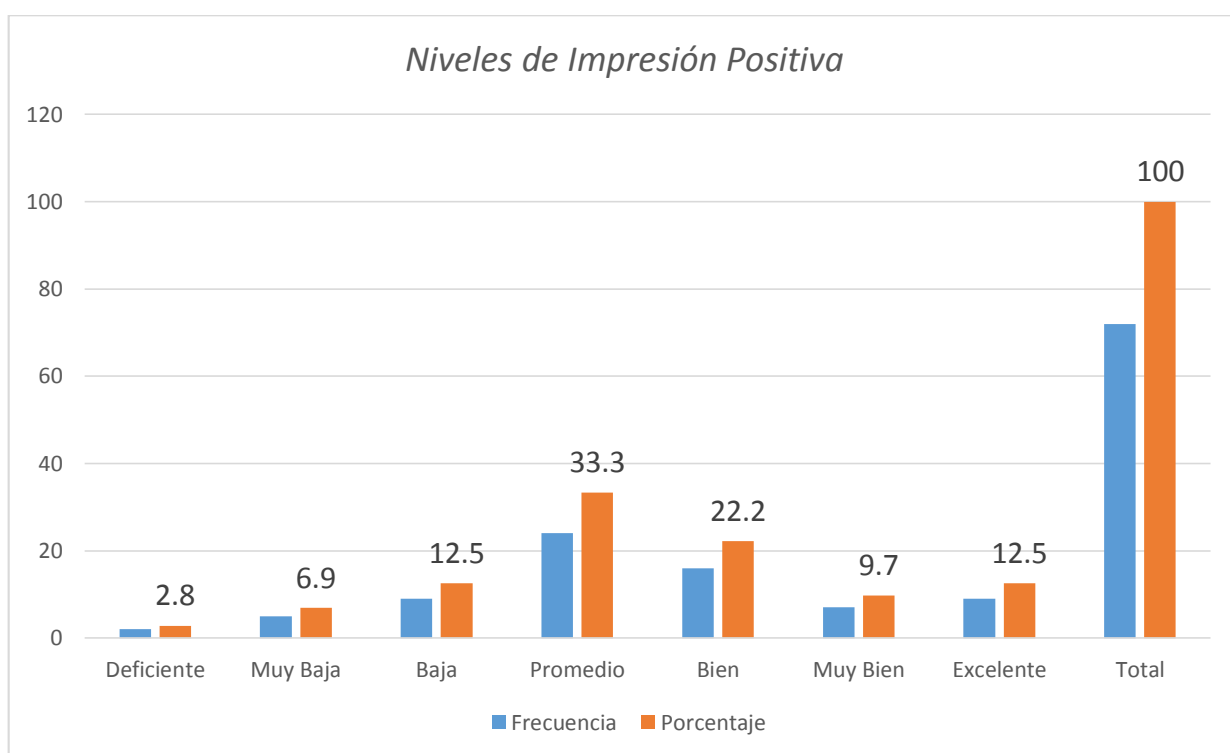


Figura 6. *Niveles de Impresión Positiva*

En la tabla 7 y figura 6 se presentan los niveles del Componente de Adaptabilidad, se observa que el 33.3% de la muestra de estudio se ubica en un nivel Promedio, a la vez se observa que el 44.4% se ubica en los niveles Excelente, Muy bueno y Bueno, aproximadamente 22.2% se ubica en una categoría Bajo, Muy bajo y Deficiente.

Tabla 8  
Niveles del Componente de Manejo del Estrés según sexo

		SEXO		Total
		M	F	
MANEJO DEL ESTRÉS	DEFICIENTE	10.0%	6.3%	8.3%
	MUY BAJA	5.0%	9.4%	6.9%
	BAJA	17.5%	9.4%	13.9%
	PROMEDIO	17.5%	9.4%	13.9%
	BIEN	25.0%	28.1%	26.4%
	MUY BIEN	10.0%	15.6%	12.5%
	EXCELENTE	15.0%	21.9%	18.1%
Total		100.0%	100.0%	100.0%

En la tabla 8, se presentan los niveles del Componente de Manejo del Estrés según sexo, se observa que el 26.4% de la muestra de estudio se ubica en un nivel Bueno; se observa que 27.8% se ubican con niveles Promedio y Bajo y 15.2% se ubican en un nivel Muy bajo y Deficiente.

Tabla 9  
Niveles del Componente de Adaptabilidad según aula

		AULA					
		PRIMERO	SEGUNDO	TERCERO	CUARTO	QUINTO	SEXTO
ADAPTABILIDAD	DEFICIENTE						15,4%
	MUY BAJA					15,4%	7,7%
	BAJA	20,0%	7,7%	27,3%	33,3%	15,4%	23,1%
	PROMEDIO	20,0%	30,8%	27,3%	41,7%	23,1%	53,8%
	BIEN	20,0%	23,1%	27,3%		38,5%	
	MUY BIEN	40,0%	38,5%	18,2%	25,0%	7,7%	

En la tabla 9, se presentan los niveles del Componente de Adaptabilidad según aula, se observa que el 78.5% de la muestra de estudio de primero y segundo grado se ubican en un nivel Muy bueno; se observa que 69% de tercero y cuarto grado se ubican con niveles Promedio y 38.5% se ubican en un nivel Muy bajo y Deficiente en los grados quinto y sexto.

### 4.3 Análisis y Discusión

La presente investigación busca explorar los niveles de Inteligencia Emocional en su conjunto de estudio de nivel primaria de la I.E.P de Cañete. A continuación se pasan a discutir los puntajes obtenidos.

Según los resultados, del total de 72 alumnos, un 29.17% de ellos presenta un nivel Promedio de Inteligencia emocional, un 23.61% con un nivel Excelente y 5.56% con un nivel Muy Bajo y Deficiente. Según Gonzales (2012) en su investigación se observan menores niveles en todos los componentes de Inteligencia emocional; es decir, que a mayor edad los niños y adolescentes se perciben a sí mismos como menos inteligentes emocionalmente, por lo tanto, a menor edad se podía observar mayor Inteligencia Emocional; sin embargo, no se puede afirmar por ello, que los más jóvenes sean más emocionalmente inteligentes, sino que se perciben más capaces (Ferrándiz, Hernández, Bermejo, Ferrando y Sáinz, 2012).

En el Componente Intrapersonal de la Inteligencia Emocional, se obtiene que el 37.50% de los alumnos presenta un nivel Promedio, registrándose un 16.67% que presenta un nivel Excelente y un 2.78% de ellos un nivel Deficiente. Estos resultados difieren de los obtenidos por Pérez (2014) quien en su investigación sobre Inteligencia Emocional y conducta Pro-Social obtuvo para esta escala, los niveles más bajos, por lo que concluyó que los alumnos con bajas puntuaciones en esta componente, son menos capaces de manejar y comprender sus propias emociones; sin embargo, para el presente estudio, el porcentaje de alumnos, que obtuvo un nivel bajo en esta componente, son los que necesitan desarrollar las habilidades que les permitan comprender sus emociones, así como ser capaces de expresar sus sentimientos adecuadamente; así mismo, Bobadilla (2017) señala en sus resultados que, existían estudiantes con niveles Moderados que podrían llegar a sufrir niveles bajos de inteligencia emocional.

Para el Componente Interpersonal, el 33.33% de los estudiantes encuestados, se encuentra con un nivel Muy Bueno de Inteligencia Emocional, otros alumnos en cantidades cercanas con 29.17% con un nivel Promedio y 5.56% presentan Bajo y Deficiente, siendo este último porcentaje de alumnos quienes necesitan desarrollar habilidades correspondientes a este Componente. La importancia de desarrollar las habilidades interpersonales ha sido tema de diversas investigaciones, como la realizada por Buitrago (2012) quien evidencia en su muestra que el Componente que necesitaba mayor desarrollo era la Interpersonal. Tal como indican Petrides, Niven & Mouskounti (2006), los niños que presentan mejores niveles emocionales, cuentan con más y mejores amigos, lo que les permite, desde muy temprana edad, generar redes sociales que contribuyen a su desarrollo y reducen problemas, como la exclusión y la agresión. Siguiendo a Abarca (2004), la escuela como segunda casa de socialización va a desempeñar un papel esencial en progreso emocional, fundamentalmente a través de la interrelación entre el/la niño/a y su educador/a (Nuñez del río y Fontana Abad, 2009).

En los resultados del Componente de Adaptabilidad, se encontró que una mayor cantidad de alumnos que presentan niveles Bajo y Muy buenos con un 41.66%, el nivel Promedio se encuentra con el 33.33% y un 6.95% de los encuestados presentaron un nivel Muy Bajo y Deficiente de Inteligencia Emocional en este Componente, lo que indica que este porcentaje de alumnos necesitan mejorar su capacidad para adecuarse a las exigencias del entorno y aprender a enfrentar de manera efectiva las situaciones problemáticas. Estos resultados se asemejan a los hallados en la investigación, por Pinedo (2017), que haya un 71% en la dimensión de regulación emocional, demostrando que están en capacidad de dirigir y tratar eficazmente sus emociones positivas como negativas; de igual manera se asemejan a los hallados por Buitrago (2012), en la cual la tendencia en este Componente era hacia el nivel alto; sin embargo, resalta la existencia de un porcentaje cercano a un 30% con nivel bajo, sugiriendo que se debe profundizar y desarrollar alternativas para poder reducir estos niveles bajos obtenidos.

Para la escala de Manejo del Estrés de la Inteligencia Emocional se encuentran los niveles Excelentes y Muy Bueno con un 30.6%, seguido por el nivel Promedio con un 13.9%. El porcentaje Alto que se obtuvo, es similar al obtenido por Echevarría (2012), quien indica que los niños poseen estrategias para poder comprender, expresar y comunicar sus sentimientos y necesidades; además de tolerar tal circunstancia, enfrentando de manera pasiva y siendo poco tolerantes en el control de sus emociones (Bar-On, 1977). Sin embargo, en el presente estudio una menor proporción de los estudiantes se encuentran con niveles Bajo, Muy Bajo y Deficiente con un 29.1%. Siendo este porcentaje de alumnos los que deben desarrollar las habilidades que les permitan mantener la calma o actuar tranquilamente, cuando se ven enfrentados a eventos estresantes.

En relación a la Impresión Positiva, se obtiene que el 44.4% de los alumnos tiene un nivel Excelente, Muy bueno y Bueno, un 22.2% de ellos un nivel Bajo, Muy Bajo y Deficiente, y un 33.3% un nivel Promedio de Impresión Positiva, como se observa en la figura 6. El haber obtenido un porcentaje alto en esta escala (44.4%) podría ser indicador que existen alumnos que al dar sus respuestas al Inventario aplicado, han tratado de aparentar encontrarse mejor de lo que en realidad están, intentando crear una impresión excesivamente positiva de sí mismos, por lo que aquellos porcentajes altos en las escalas, deben ser interpretados cuidadosamente (Ugarriza & Pajares, 2005); más aún si se toma en cuenta que de acuerdo a las entrevistas sostenidas con las profesoras encargadas de los estudiantes, indicaron que existían constantes problemas de comportamiento entre los alumnos de sus salones.

Para el Componente de Manejo del estrés según sexo, de la Inteligencia Emocional, comparado a los resultados del mismo Componente sin variable sociodemográfica, resultaron más frecuentes los niveles Promedio y Bajo con un 27.8%, seguido por el nivel Bueno con un 26.4%. Así mismo, el porcentaje obtenido, es similar al obtenido por Echevarría (2012), quien indica que los niños poseen estrategias para poder comprender, expresar y comunicar sus sentimientos y

necesidades; además de tolerar tal circunstancia, enfrentando de manera pasiva y siendo poco tolerantes en el control de sus emociones (Bar-On, 1977). Las emociones son fundamentales para potenciar una conducta saludable, y por el contrario, si éstas son negativas suponen un riesgo potencial para nuestra salud (Ortega Navas, 2010). Sin embargo, en el presente estudio una menor proporción de los estudiantes se encuentran con un nivel Muy Bajo de Manejo del Estrés con 6.9%. Siendo este porcentaje de alumnos los que deben desarrollar las habilidades que les permitan mantener la calma o actuar tranquilamente, cuando se ven enfrentados a eventos estresantes.

En los resultados del Componente de Adaptabilidad según aula, se encontró que un 78.5% de alumnos de primero y segundo presentan niveles Muy buenos, el nivel Promedio se encuentra con el 69% en los alumnos de tercero y cuarto, y un 38.5% de los alumnos de quinto y sexto presentaron un nivel Muy Bajo y Deficiente de Inteligencia Emocional en este Componente, lo que indica que este porcentaje de alumnos necesitan mejorar su capacidad para adecuarse al entorno y saber enfrentar de manera efectiva las situaciones problemáticas. Estos resultados se asemejan a los hallados en su investigación, por Buitrago (2012), en la cual la tendencia en este Componente era hacia el nivel alto; sin embargo, resalta la existencia de un porcentaje cercano a un 30% con nivel bajo, sugiriendo que se debe profundizar y desarrollar alternativas para poder reducir estos niveles bajos obtenidos, dado que la adolescencia e infancia son etapas del desarrollo humano precisa para adquirir las destrezas y habilidades de funcionamiento psicosocial, así como en la prevención de problemas psicológicos futuros (Trianes, Cardelle-Elawar y Muñoz 2003).

El objetivo de esta investigación ha sido exponer que la Inteligencia Emocional no es simplemente una expresión de moda, sino un constructo útil y bien fundamentado. Se planteó la visión científica del significado de la Inteligencia Emocional tratando de apartarla de otras concepciones más conocidas como las de Goleman desarrollada en el ambiente educativo. Por lo tanto, se ha expuesto el planteamiento teórico de Mayer y Salovey (Mayer y Salovey, 1997) centrado en las



habilidades emocionales básicas y en el procesamiento emocional de la información. Además, los modelos sobre Inteligencia Emocional han sido de lo más variado, incluyendo concepciones y habilidades muy diferentes (Bar-On, 1997). Se han puntualizado los otros procedimientos de evaluación de la Inteligencia Emocional y su beneficio. Consecutivamente, se han mostrado las investigaciones elaboradas en otros países sobre la relevancia de la Inteligencia Emocional en otros aspectos del espacio escolar como el dominio de las habilidades emocionales en el ajuste psicológico, en el rendimiento académico y en la adaptación en el aula. Finalmente, se ha acentuado la posibilidad actual de enseñar las habilidades de inteligencia emocional en las aulas y, especialmente, enseñar a los niños programas socio-emocional que contengan y destaquen los componentes de la Inteligencia Emocional del modelo de Reuven Bar-on y las habilidades emocionales del modelo de Mayer y Salovey basado en la capacidad para percibir, comprender y regular las emociones.

#### 4.4. Conclusiones

El nivel predominante de Inteligencia Emocional es Promedio con 29.17% de los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017 que son los que deberán desarrollar las habilidades que corresponden a este constructo, con la finalidad que adquieran las herramientas que les ayudarán a conducirse de una forma adecuada en todos los aspectos de sus vidas a través de la gestión de sus emociones.

Se concluye además, que se ha identificado los niveles de Inteligencia Emocional en el Componente Intrapersonal, siendo aquellos alumnos/as que puntuaron con un nivel bajo, quienes deben desarrollar las habilidades tales como expresar y comunicar sus sentimientos, sus necesidades y sus emociones de forma asertiva, es decir, desarrollar la habilidad para expresar sus sentimientos de forma adecuada sin dañar a los demás, mejorar su autoconcepto, aprendiendo a reconocer sus aspectos positivos y negativos, sus posibilidades y limitaciones; y la habilidad para llevar a cabo lo que realmente se quiere y disfrutar haciéndolo; así

como la habilidad para autodirigirse y ser independiente emocionalmente para tomar decisiones.

En lo referente al Componente Interpersonal, los resultados nos indican que esta es el Componente con mayor porcentaje de evaluados con nivel bajo, siendo aquellos los alumnos que deben desarrollar las habilidades que les permitan mantener relaciones interpersonales satisfactorias, a través de la adecuada escucha y comprensión de los sentimientos de los demás.

En cuanto al Componente de Adaptabilidad se halló que existía un menor grupo que obtuvo un nivel bajo, estos resultados se explicarían debido a que la mayoría de los alumnos/as evaluados han estudiado varios años juntos en el nivel primario en dicha Institución Educativa, lo que les ha dado la oportunidad de haberse adaptado a ese entorno escolar; sin embargo, existe un pequeño grupo de evaluados que obtuvo un nivel bajo en este Componente y son los que deben desarrollar una correcta actitud frente a los cambios y situaciones difíciles.

Los resultados del Componente de Manejo del estrés permiten conocer que, la mayor parte de los evaluados/as se encuentra dentro del rango normal para afrontar situaciones tensas o estresantes en el grupo; sin embargo, existe un grupo de alumno/as que puntuaron con niveles bajos para este Componente, representando a aquellos estudiantes que deben desarrollar habilidades para tolerar situaciones difíciles que se les pueda presentar y actuar de forma adecuada frente a estas así como controlar sus impulsos.

Los resultados obtenidos con respecto a estos Componentes demuestran que la mayoría de alumnos/as gozan de niveles de Inteligencia Emocional Promedio; sin embargo, existe una parte que presenta un nivel bajo de Inteligencia Emocional, así como la existencia de alumnos/as con resultados bajos en cada una de los Componente individuales, siendo esta la población de interés para el presente estudio.

Por último, en los resultados de Impresión positiva se observa que una gran parte de alumnos/as obtuvo porcentaje alto, este aspecto puede haber influenciado en los resultados con porcentajes altos, de los Componentes precedentes. Los resultados altos en el Componente de Impresión Positiva se deben tomar en cuenta, ya que los puntajes elevados en este Componente podrían indicar el deseo de los evaluados de fingirse estar muy bien, también podría indicar desesperanza o falta de autocomprensión.

#### 4.5. Recomendaciones

- 1) Se recomienda iniciar el Programa de Intervención, **YO, controlo mis emociones**", creado esencialmente para el grupo de alumnos de la Institución Educativa evaluada y que presentan dificultades en las habilidades que corresponden a la Inteligencia emocional, con el que se pretende lograr que los alumnos reconozcan sus propias emociones, expresándolas de manera asertiva, mejorar las relaciones interpersonales, que den solución a situaciones problemáticas adecuadamente, a través de un adecuado control de sus emociones.
- 2) Se recomienda desarrollar talleres con los padres de familia, de los alumnos del nivel primaria de la Institución Educativa Particular donde se realizó la investigación, para tratar temas relacionados a la Inteligencia Emocional y su importancia en la crianza de sus hijos, así como la implicación que esta tiene en el comportamiento de los niños.
- 3) Así mismo, se recomienda instruir a los docentes de la Institución Educativa Evaluada, sobre Inteligencia Emocional, con la finalidad que sean capaces de enseñar a sus alumnos usando la razón, la empatía y el respeto, expresando adecuadamente sus emociones, generando un buen clima dentro del aula que facilite el aprendizaje y el buen comportamiento de los alumnos.
- 4) Finalmente, se sugiere realizar evaluaciones de Inteligencia Emocional, a través del Inventario Bar On Ice: NA Abreviado, eventualmente a los alumnos del nivel primaria, de la Institución Educativa Particular, para hallar nuevos casos que presenten dificultades de Inteligencia Emocional, con la finalidad de trabajar tanto en edades escolares tempranas, como desarrollar estas habilidades y así poder contribuir a crear un ambiente educativo emocionalmente sano.

## **Capítulo V: Programa de Intervención**

### **“YO, controlo mis emociones”**

#### **INTRODUCCIÓN**

El presente programa de intervención, se hizo con el propósito de poder desarrollar la Inteligencia Emocional en los alumnos del 4to año de primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete.

Este programa tiene un Enfoque Gestáltico, debido a su corriente Humanista siendo muy necesario en la sociedad actual; así mismo, ayudará a promover en la comunidad educativa una filosofía de vida; promoviendo la autorregulación de sus emociones y necesidades, tomando todas las peculiaridades de nuestra personalidad como recursos y promoviendo el valor de nuestro yo interior y todo aquello que los rodea, con lo cual lograremos los objetivos planteados en nuestro programa.

A través del enfoque Gestalt iremos utilizando diversas técnicas como son la del Insight y el Darse Cuenta. En cada una de las siete sesiones planteadas buscaremos alcanzar el autoconocimiento personal de los estudiantes, el control de sus emociones, la identificación de sus relaciones personales, el manejo del estrés, la importancia de la empatía y el fortalecimiento de su Inteligencia Emocional.

Por lo tanto, se espera una valoración positiva del programa que a la vez servirá como modelo para poder aplicarlo en otras investigaciones en diversas instituciones educativas.

## **5.1. Descripción del Problema**

Según los resultados en la investigación realizada a los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete – 2017, (a través de la aplicación del inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On),: un 29.17% de alumnos evaluados, obtuvo un nivel promedio de Inteligencia Emocional; en cuanto a los componentes, se halló que en el Componente de Adaptabilidad el 6.95% y 38.5% de estudiantes según aula, obtuvo el nivel muy bajo y deficiente, también se halló un 6.9% con un nivel muy bajo en el Componente de Manejo del Estrés según sexo, en cuanto al Componente Interpersonal el 5.56% está entre el nivel bajo y deficiente; en el Componente Intrapersonal el 2.78% de estudiantes presentan un nivel deficiente. Por ello, se llevará a cabo el Programa de Intervención.

## **5.2. Objetivos**

### **5.2.1. Objetivo General**

- Promover la Inteligencia Emocional en alumnos de primaria mediante el Programa de Intervención con el Enfoque Gestáltico para generar un bienestar socioemocional.

### **5.2.2. Objetivos Específicos**

- Conocer la comprensión emocional de sí mismo en los alumnos con la técnica Darse cuenta. (Componente Intrapersonal)
- Optimizar las relaciones interpersonales en los alumnos de primaria con la técnica Darse cuenta e Insight. (Componente Interpersonal)
- Desarrollar la solución de problemas en los alumnos de primaria con la técnica Darse cuenta e Insight. (Componente de Adaptabilidad)
- Mejorar el control de impulsos en los alumnos de con la técnica Darse cuenta e Insight. (Componente del Manejo del Estrés)

### **5.3. Justificación del Programa**

El presente Programa de Intervención está dirigido a todos aquellos alumnos que deseen aprender a manejar de forma adecuada sus emociones para estar satisfechos consigo mismos y ser más eficaces en aquello que se propongan.

Tal como se observa actualmente, se han incrementado los problemas de conducta y de aprendizaje en los niños, siendo las principales causas las emocionales, ocasionadas por familias disfuncionales, también la mala influencia de la televisión y los medios de comunicación; así como el tiempo cada vez más reducido que los padres dedican a sus hijos. Si bien es cierto, estos fenómenos sociales son inevitables, se deben conocer y aceptar las individualidades de los niños.

La importancia y los beneficios de este programa de intervención es favorecer el bienestar psicológico de los alumnos; mejorar el autoconocimiento y la toma de decisiones, optimizar las relaciones interpersonales y potenciar el desarrollo intrapersonal; aumentar la motivación para alcanzar sus metas, todo ello sumado a la participación de padres y la institución educativa como segundo hogar para generar un impacto social.

### **5.4. Alcance**

Dirigido a 72 alumnos de nivel primaria varones y mujeres con edades de 7 a 12 años de edad.

### 5.5. Metodología:

Este Programa de Intervención se basa en el Enfoque Gestáltico y en las técnicas “Darse Cuenta” que trata de hacer visible lo que antes estaba invisible, ocurriendo primero en la esfera emocional, pudiendo integrarlo cognitivamente a posteriori; y el “Insight”, mediante el cual el sujeto “capta”, “internaliza” o comprende, una verdad revelada. Puede ocurrir inesperadamente, luego de una actividad o mediante el empleo de técnicas afines. Consta de 8 sesiones con una duración de 90 min. , siendo dividida en 3 tiempos, cada una de 30 min. Aproximadamente.

#### Las Sesiones:

- Sesión 1: “Conociendo mis emociones”  
- **Objetivo:** Reconocer la importancia emocional de sí mismo
  
- Sesión 2: “El buen estado de ánimo en nuestras vidas”  
- **Objetivo:** Incrementar el buen estado de ánimo en los alumnos
  
- Sesión 3: “Fortaleciendo relaciones interpersonales”  
**Objetivo:** Reconocer la importancia de las relaciones interpersonales
  
- Sesión 4: “Aprendiendo a ser Empáticos”  
- **Objetivo:** Incrementar sentimientos empáticos en los alumnos
  
- Sesión 5: “Desarrollo pensamientos positivos”  
- **Objetivo:** Lograr dar soluciones adecuadas a los conflictos
  
- Sesión 6: “Fortaleciendo mi asertividad”  
- **Objetivo:** Lograr dar soluciones adecuadas a los conflictos
  
- Sesión 7: “Manejando el Estrés”  
- **Objetivo:** Manejar el estrés a través de una actitud positiva



## **5.6. Recursos:**

### **5.6.1. Humanos:**

- Responsable del Programa: Valdivia Estrada, Manuel Angel
- Directora: Lic. Rodriguez Fausino, Isabel Martina
- Plana docente

### **5.6.2. Materiales:**

- |                              |                                |
|------------------------------|--------------------------------|
| - Pelota                     | - Cronómetro                   |
| - Plumones                   | - Papelógrafo                  |
| - Equipo de Música o similar | - Colores                      |
| - Sombrero                   | - Cinta Scotch                 |
| - Cono                       | - Sombreros pequeños de fiesta |
| - Tela                       | - Hojas bond                   |
| - Soga                       | - Vasos de Plástico            |
| - Globos                     | - Cinturones de Elástico       |

**5.6.3. Financieros:** Este costo se contará con el apoyo de la Institución Educativa

Particular

<b>MATERIALES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>COSTO</b>
Pelota	1	7
Plumones	2 paquetes	16
Equipo de Música o similar	1	Brindada por la Dirección
Sombrero	1	10
Cono	1	5
Tela	1	2
Soga	2 mts	3
Globos	2 paquetes	5
Cronómetro	1	5
Papelógrafo	100	30
Colores	4 paquetes	14
Cinta Scotch	1	1
Sombreros pequeños de fiesta	72	20
Hojas bond	250	2.5
Vasos de Plástico	100	3
Cinturones de Elástico	2	5
	<b>Total</b>	<b>S/.128.50</b>

**5.7. Cronograma**

<b>ACTIVIDADES</b>	<b>Abril</b>				<b>Mayo</b>			
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
Sesión 1: Comprendiendo mis emociones	X							
Sesión 2: Fortaleciendo Relaciones Interpersonales		X						
Sesión 3: Practicando mi Asertividad			X					
Sesión 4: Desarrollo Pensamientos Positivos				X				
Sesión 5: Aprendiendo a ser Empático					X			
Sesión 6: El Buen Estado de Ánimo en Nuestra Vida						X		
Sesión 7: Manejando el Estrés							X	

## 5.8. Bibliografía

- Bisquerra, R. (2012). *Educación, tutoría y Educación Emocional*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. (coord.) (2012) *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. BCN: Faros
- Fernández-Berrocal, P., y Ramos, N. (2002). *Corazones Inteligentes*. Barcelona, Kairós.
- GROP. Bisquerra, R. (Coord.) "Educación Emocional. Programa para la Educación Infantil). Praxis. "Sentir y pensar. Programa de Educación emocional para educación infantil" SM.
- Güell, M., y Muñoz, J. (1999): *Desonócese a ti mismo. Programa de alfabetización emocional*. Barcelona, Paidós.
- Shapiro, L. E. (1997): *La inteligencia emocional en niños*. Madrid, Javier Vergara.
- Souza Barcelar, L. (2011) Estudio de las emociones: una perspectiva transversal. En contribuciones a las Ciencias Sociales.
- Sternberg, R. (1997): *La inteligencia exitosa*. Barcelona, Paidós.
- Vallés, A., y Vallés, C. (2003). *Psicopedagogía de la Inteligencia Emocional*. Valencia: Promolibro.
- Vallés, A., y Vallés, C. (2000). *Programa para el desarrollo de la inteligencia emocional. Método Eos*. Madrid. Editorial EOS.

## “YO, controlo mis emociones”

### 5.9. Sesiones

#### Sesión 1: “Conociendo mis emociones”

Objetivo: Reconocer la importancia emocional. (Técnica Darse Cuenta)

Actividades	Objetivos	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Dinámica de presentación del taller	Dar a conocer el taller y cuál es la importancia	El Psicólogo se presenta y da conocer de qué se trata el programa de intervención; así mismo, se les explicará las dinámicas y pautas en donde lo que se quiere lograr es la participación de los estudiantes y que sepan cuál es la importancia del programa	15 min	Papelógrafos
Dinámica de Integración “Saludos a todos”	Crear un entorno de confianza que permita observar la soldadura	Los estudiantes se pondrán de pie creando un círculo en donde se darán ciertos puntos: se van a saludar entre todos de distintas maneras: Como lo harían con un familiar, con un amigo, un vecino y vecina, como si fuese desconocido; finalmente, se saludarán como más les guste. Luego se preguntará de manera voluntaria a los participantes cómo se sintieron con la dinámica, con la finalidad que hay formas de saludar agradablemente creando un clima de comodidad, diversión entre el grupo	15 min	Aula espaciosa
“Conociendo mis emociones” (psicoeducación) (Darse Cuenta)	Dar a conocer cuáles son las emociones	El Psicólogo iniciará con la psicoeducación explicando la inteligencia emocional y las emociones con la teoría de (Reuven Bar-On, 1998). Seguidamente se les proporcionará un video acerca del tema y se les pide que presten mucha atención.  Emociones: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=xtcQFOFlpE&amp;list=PLYFMjmDpEZ5k4Zin-MLVSC8Xvn4myikxt&amp;index=1&amp;t=18s">https://www.youtube.com/watch?v=xtcQFOFlpE&amp;list=PLYFMjmDpEZ5k4Zin-MLVSC8Xvn4myikxt&amp;index=1&amp;t=18s</a> , en donde señalarán el tipo de emoción que están observando.	30 min	Video lúdico, Papelógrafos

“Siento con mi corazón”	Descubrir la Importancia de los sentimientos	Leer los sentimientos escritos en la página y comentar su significado con ejemplos concretos. Decir qué pasa en cada una de las escenas y relacionarlas (Anexo 1); Posteriormente, tendrán que completar la frase “Me siento alegre cuando...” con alguna experiencia personal.	15 min	Hoja impresa con el tema
“Trabajo grupal”	Fijar el aprendizaje	A continuación, se comprobará si todos los niños reconocen bien las distintas emociones: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Miedo</li> <li>- Alegría</li> <li>- Sorpresa</li> <li>- Ira</li> <li>- Tristeza</li> <li>- Molesto</li> </ul>	20 min	Hojas y lapiceros
Retroalimentación	Reflexionar acerca de la Inteligencia emocional y las emociones	El psicólogo realizará una retroalimentación acerca de los puntos que se han tratado logrando así haber incorporado ideas claras en los alumnos donde puedan insértalo en situaciones de su vida cotidiana. Así mismo, tratar Darse Cuenta que las emociones son algo natural y que deben ser expresadas.	10 min	Música Relajante

## Sesión 2: “El buen estado de ánimo en nuestras vidas”

Objetivo: Incrementar el buen estado de ánimo. (Técnica Darse Cuenta)

Actividades	Objetivos	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Dinámica: “Círculo Amoroso”	Crear un tiempo prolongado y grato entre los alumnos.	El psicólogo pide a los estudiantes que se coloquen en círculo, ya sea de pie o sentados. Existen tres órdenes: “Amor”, “Ternura” y “Corazón”. El facilitador se pone en el centro del círculo y señala a uno de los compañeros diciéndole una de esas tres órdenes. Si es “Amor”, la persona debe decir el nombre de su compañero que tiene sentado a la izquierda. Si es “Ternura” el de su compañero de la derecha. Finalmente, si es “Corazón” todos los miembros del grupo deben cambiarse de sitio. Logrando así romper el hielo	10 min	Aula y música alegre
Dinámica “Globo travieso”	Lograr la cooperación entre compañeros	Los niños se desplazarán en parejas, colocándose un globo entre la frente; sin que el globo se caiga. Se podrá sujetar mutuamente con la barbilla, los hombros y la barriga mientras desplazan, pero no las manos. Después ampliamos la dificultad haciendo lo mismo entre 3 o más jugadores.	10 min	Música alegre y globos
Exposición del tema (Darse Cuenta)	Importancia del apoyo mutuo	Se hablara sobre la importancia de cooperar y mantenernos con un buen estado de ánimo. <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>La interacción</b></li> <li>- <b>La responsabilidad</b></li> <li>- <b>Las habilidades intrapersonales e interpersonales</b></li> <li>- <b>Autoevaluación</b></li> </ul>	20 min	Música relajante

Dinámica “Tomando Iniciativa”	Tomar la iniciativa en la elección de compañeros de juego	Se divide el aula en dos grupos de igual número de niños. Si resulta impares, el psicólogo lo hará con el que este solo. Un grupo se sentara en el suelo. Serán los elegidos. El otro grupo estará de pie. Cuando indique, cada uno deberá tomar la iniciativa, ir hacia algún niño y preguntarle: ¿quieres bailar conmigo? El elegido podrá decir sí o no. Cuando todos tengan su pareja, andarán o bailarán. Después, se cambiarán los papeles (Anexo 2).	20 min	Música alegre e imágenes de baile
“Participación Activa”	Fijar el aprendizaje	A continuación, se comentará los problemas que surgieron durante la actividad: si sabían a quién elegir, si les hubiera gustado que los eligiera otro alumno o alumna.	15 min	
Diálogo y Retroalimentación	Reflexionar y conocer las impresiones de los estudiantes	Lo importante es hacer ver a los niños que muchas veces tenemos que tomar la iniciativa si queremos entrar a formar parte de un grupo o jugar con otros niños.	10 min	Música relajante

### Sesión 3: “Fortaleciendo relaciones interpersonales”

Objetivo: Reconocer la importancia de las relaciones interpersonales. (Técnica Darse Cuenta e Insight)

Actividades	Objetivos	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Dinámica de Integración “Escudo Familiar”	Conocerse y darse a conocer ante los demás	El psicólogo explicará a los alumnos que deben contar con lápiz y papel. Se realiza una introducción sobre qué son los escudos, por ejemplo los escudos de los reyes. Se les pide que dibujen un símbolo, elemento, gráfico que los identifique o caracterice. Aclarar que aquí no importa la calidad del dibujo, sino lo que representa. Cada uno de los participantes mostrará su escudo y explicará brevemente por qué lo dibujó.	20 min	Hojas en blanco, lápiz borrador
Exposición del tema (Insight)	Importancia de interiorizar las relaciones interpersonales	Se expondrá sobre la importancia de las Relaciones Interpersonales tratando los siguientes puntos, <ul style="list-style-type: none"><li>- Relaciones Interpersonales (RI)</li><li>- Responsabilidad Social (RS)</li></ul> Haciendo interiorizar, los alumnos, el tema expuesto. Luego, se dará paso a una dinámica para reflejar lo aprendido. (Insight)	30 min	Papelote con la exposición



<p>“Perdón, lo siento” (Darse Cuenta)</p>	<p>Comprender la eficacia de pedir disculpas cuando se ha cometido un error</p>	<p>Se repartirá la fotocopia (Anexo 3) a los alumnos y se comentarán las escenas. En la primera, una niña tropieza y echa agua encima a un niño y niña sin querer. En la segunda, un niño pisa el abrigo de otro colgando la suya. En la tercera, un niño corre y mira para atrás, chocándose con otros. En la cuarta, una niña que ha roto el juguete de otro niño o niña se lo devuelve roto.</p> <p>Los alumnos rodearán cada escena en que se cause algún inconveniente con los demás</p>	<p>30 min</p>	<p>Fotocopia, lapiceros, plumones</p>
<p>Dialogo y Reflexión</p>	<p>Fijar el aprendizaje y Comprender la importancia de lo trabajado en aula</p>	<p>A continuación, se comenta lo ocurrido en las 4 escenas y el valor que existe en las relaciones interpersonales.</p> <p>Para terminar la sesión, se trata de que comprendan que muchas veces comentemos errores y hacemos cosas que no están bien, pero es conveniente reconocerlos, asumir lo que hemos hecho y pedir perdón; así mismo, reconocer la importancia de las relaciones con los demás en casa, escuela o con tus vecinos.</p>	<p>30 min</p>	<p>Música relajante</p>

#### Sesión 4: “Aprendiendo a ser Empáticos”

Objetivo: Incrementar sentimientos empáticos en los alumnos. (Técnica Darse Cuenta e Insight)

Actividades	Objetivos	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Presentación de la sesión	Dar a conocer la empatía y su importancia	Se presenta el tema de la sesión, enfatizando en su valor e importancia que tiene en cada uno de nosotros, tomando los siguientes puntos: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidad para preocuparse</li> <li>- Comprender y</li> <li>- Apreciar los sentimientos de los demás.</li> <li>-</li> </ul>	30 min	Papelote con la exposición
Dinámica “Un premio para ti” (Darse cuenta e Insight)	Dar a conocer la importancia del respeto en las relaciones interpersonales	La siguiente dinámica se inicia con un diálogo sobre lo que entendemos por respetar a los demás. Para ello, se pide a los alumnos que comenten las siguientes afirmaciones y añadan otras. Respetamos a los demás cuando: (Anexo 4) Se le invita a los alumnos/as a comprobar cómo se vive este valor en el grupo. Se dará a cada uno cinco vasos de plástico. Se les explica que deben entregar esos cinco vasos a los compañeros/as que muestran un mayor respeto hacia los demás. Tomando conciencia sobre quiénes actúan habitualmente respetando a los otros. Las normas de intercambio son: (Anexo 4). Para finalizar se dialoga acerca del respeto hacia los demás y su importancia.	30 min	Vasos de plástico, papelotes con las afirmaciones y normas de intercambio

Dialogo	Interiorizar el respeto	A continuación, se dialoga acerca de la dinámica, del respeto hacia los demás y del papel fundamental que esta cumple en nuestras vidas.	15 min	Música relajante
“Siendo empáticos (psicoeducación) (Darse Cuenta)	Dar a conocer la importancia de la empatía	Posteriormente se les proporcionara un video acerca del tema y se les pide que presten mucha atención. Empatía: <a href="https://youtu.be/GJ89dk9chnk?list=PLYFMjmDpEZ5k4Zin-MLVSC8Xvn4myikxt">https://youtu.be/GJ89dk9chnk?list=PLYFMjmDpEZ5k4Zin-MLVSC8Xvn4myikxt</a> En el cual verán todo lo tratado en la sesión, generando una reflexión en cada uno de los alumnos.	5 min	Video lúdico, Papelesógrafos
Reflexión	Reflexionar y concientizar sobre el tema	Para finalizar el tema el psicólogo hará varias preguntas de forma voluntaria a los alumnos: ¿Cómo se sintieron con el video?, ¿si identificaron con alguno de los dos? .Y dará una reflexión <b>por qué es importante identificar la empatía.</b>	35 min	Música relajante

## Sesión 5: “Desarrollo pensamientos positivos”

Objetivo: Lograr dar soluciones adecuadas a los conflictos. (Técnica Darse Cuenta e Insight)

Actividades	Objetivos	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Exposición del tema	Importancia de pensamientos positivos	<p>Se expondrá sobre la importancia de los Pensamientos Positivos, tratando los siguientes puntos,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Solución de problemas (SP)</li> <li>- Prueba de la realidad (PR)</li> <li>- Flexibilidad (FL)</li> </ul> <p>Logrando interiorizar, los alumnos, el tema expuesto. Luego, se dará paso a una dinámica para reflejar lo aprendido.</p>	30 min	Papelote con la exposición
Diálogo “Resolviendo mis problemas” (insight)	Desarrollar pensamientos y soluciones positivas	<p>Se forman grupos de 4 personas. Luego se plantea la siguiente situación problemática:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- “Miguel está jugando en el patio con una pelota Pedro lo empuja, le hace caer al suelo y le quita la pelota. Miguel intenta levantarse del suelo pero Pedro lo empuja de nuevo y vuelve a caer.</li> <li>- ¿Qué siente Miguel en esa situación? ¿Qué podría hacer?</li> </ul> <p>A continuación, todos los miembros del grupo deberán aportar opiniones y dar soluciones a la situación y apuntarlas en un papelote, para luego exponerlas. Fijando así el aprendizaje.</p>	25 min	Papelotes, plumones y colores.

<p>“Soles y nubes” (Pisocoeducacion) (Darnos Cuenta)</p>	<p>Diferenciar pensamientos positivos y negativos</p>	<p>En la fotocopia (Anexo 5), se ilustran una serie de situaciones que suelen provocar pensamientos positivos o negativos. Se trata de identificarlos y de dibujar al lado de aquello un sol o una nube.  Generando un “Darse cuenta” en los alumnos de aquello que han captado durante la sesión.</p>	<p>20 min</p>	<p>Fotocopia, plumones y/o lapiceros</p>
<p>“Reflexión “</p>	<p>Revelar las impresiones que tuvieron del ejercicio</p>	<p>Comentar cómo a lo largo del día, en casa y en la clase, incluso en la calle, los habitantes de la mente, que son los pensamientos, nos dicen cosas por lo bajito. En esos momentos es como si el cielo se cubriera de nubes negras (pensamientos negativos), pero en otros momentos los pensamientos nos dicen cosas y es como si en el cielo luciera un gran sol (pensamientos póstivos) y nos sentimos mejor.</p>	<p>25 min</p>	<p>Música relajante</p>

Sesión 6: “Fortaleciendo mi asertividad”

Objetivo: Aprender a adaptarse positivamente. (Técnica Darse Cuenta e Insight)

Actividades	Objetivos	Desarrollo	Tiempo	Recursos
“Dinámica de presentación del taller “	Dar a conocer la importancia de la asertividad	Se retomará lo aprendido en la sesión anterior; así mismo, se les explicara la dinámica a trabajar para esta sesión, siendo la ASERTIVIDAD el tema a tratar. Logrando la participación de los estudiantes y conociendo su valor personal.	25 min	Papelógrafo con el tema y pautas
Dinámica de grupo “Yo soy un poderoso león” (darnos cuenta)	Generar la adaptabilidad y la creatividad	Los alumnos representan a un animal favorito y sus compañeros deberán adivinar. Tratando que uno sea más difícil que el anterior. Luego cada uno hablara de cómo se sintió al representar a su animal favorito y qué tan difícil le resulto. Para terminar, se explicara la importancia de adaptarnos y hacer tareas en cual involucren nuestra creatividad.	30 min	Música alegre

<p>“Dime por qué” (Darse Cuenta e Insight)</p>	<p>Entrenar a los niños en dar argumentos de forma positiva</p>	<p>Se explicará a los alumnos situaciones en las que aparezcan conductas opuestas; por ejemplo, dos niños jugando y dos peleando, o alguien plantando una flor y alguien pisando flores.</p> <p>Tras la explicación, se presentará las dos alternativas para que los niños terminen la frase diciendo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- “Es mejor cuidar las flores que pisarlas porque...”.</li> <li>- “Es mejor jugar juntos que pelearse porque...”.</li> </ul> <p>Los niños, por turnos, deberán decir las frases argumentando de forma positiva. La única norma es “la necesidad de hablar en positivo”, es decir, en lugar de decir: “porque no me gusta” o “porque está mal”, debe decir “porque jugando lo pasas mejor” o “porque las flores huelen bien”. Cada vez que un niño responda, se meterá de un salto en el aro.</p>	<p>30 min</p>	<p>Aros de psico-motricidad</p>
<p>Dialogo y retroalimentación “Yo aprendí”</p>	<p>Retroalimentar la experiencia adquirida</p>	<p>Para finalizar la sesión, se reflexionará: Al realizar críticas al comportamiento de los demás es importante que se busquen argumentos positivos para evitar herir los sentimientos de las otras personas. Se repasará lo aprendido en las sesiones anteriores y explicar la importancia que cada una de ellas tiene en nuestras vidas, ayudándonos a desenvolvernos cada vez mejor.</p>	<p>20 min</p>	<p>Música relajante</p>

## Sesión 7: “Manejando el Estrés”

Objetivo: Manejar el estrés a través de una actitud positiva

Actividades	Objetivos	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Exposición del tema	Importancia del Manejo del Estrés	<p>Se expondrá sobre el estrés, el cómo manejarlo y cómo mantener una actitud positiva hacia este, tratando los siguientes puntos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tolerancia al estrés (TE), que es la habilidad para soportar eventos adversos, situaciones estresantes, y fuertes emociones sin “desmoronarse”, enfrentado activa y positivamente el estrés.</li> <li>- Control de Impulsos (CI), que es la habilidad para resistir o postergar un impulso o tentaciones para actuar y controlar nuestras emociones.</li> </ul> <p>Dando paso a la dinámica para fijar lo aprendido</p>	30 min	Papelotes con la exposición
Dinámica “Estresados” (Darse Cuenta)	Desarrollar la tolerancia y control de impulsos	<p>A continuación, se realizará una dinámica, en la cual se empleara lo aprendido en la exposición.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los alumnos resolverán sumas y restas con un tiempo exacto (5min) (Anexo 6)</li> <li>- No podrán copiar, ni ayudar a sus compañeros.</li> <li>- Se formarán dos grupos.</li> </ul> <p>Factores que generarán estrés distrayendo el objetivo central de los alumnos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Un grupo dirá números en voz alta, cantarán y reirán.</li> </ul> <p>Consejos: Con ellos podrán hacer frente al estrés que se le generará, logrando su objetivo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Respiración. – Concentración. – Tolerancia y – Control de impulsos.</li> </ul> <p>Generando un Darse Cuenta ante el estrés que cada uno ha sentido.</p>	20 min	Hojas con las operaciones, hojas con los consejos; lápiz, borrador y cronometro.



Diálogo	Fijar el aprendizaje	<p>Se comentará lo trabajado en la dinámica.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Cómo se sintieron al resolver las operaciones?</li> <li>- ¿De qué manera lograron terminar sus operaciones?</li> <li>- ¿Tomaron en cuenta los consejos?</li> </ul>	20 min	Papelote con las preguntas
Retroalimentación	Reflexionar acerca del estrés	<p>Se realizará una retroalimentación sobre los puntos que se han tratado, logrando así incorporar actitudes positivas en los alumnos; así mismo, Darse Cuenta de la importancia que genera en nosotros controlar nuestros impulsos y tener tolerancia al estrés.</p>	20 min	Música relajante

# ANEXOS

## Anexo 1: Sesión 1: "Conociendo mis emociones"

### SIENTO CON MI CORAZÓN



SIENTO CON MI CORAZÓN

Nombre .....

- Escribe las palabras donde corresponde.

alegría

enfado

miedo

tristeza











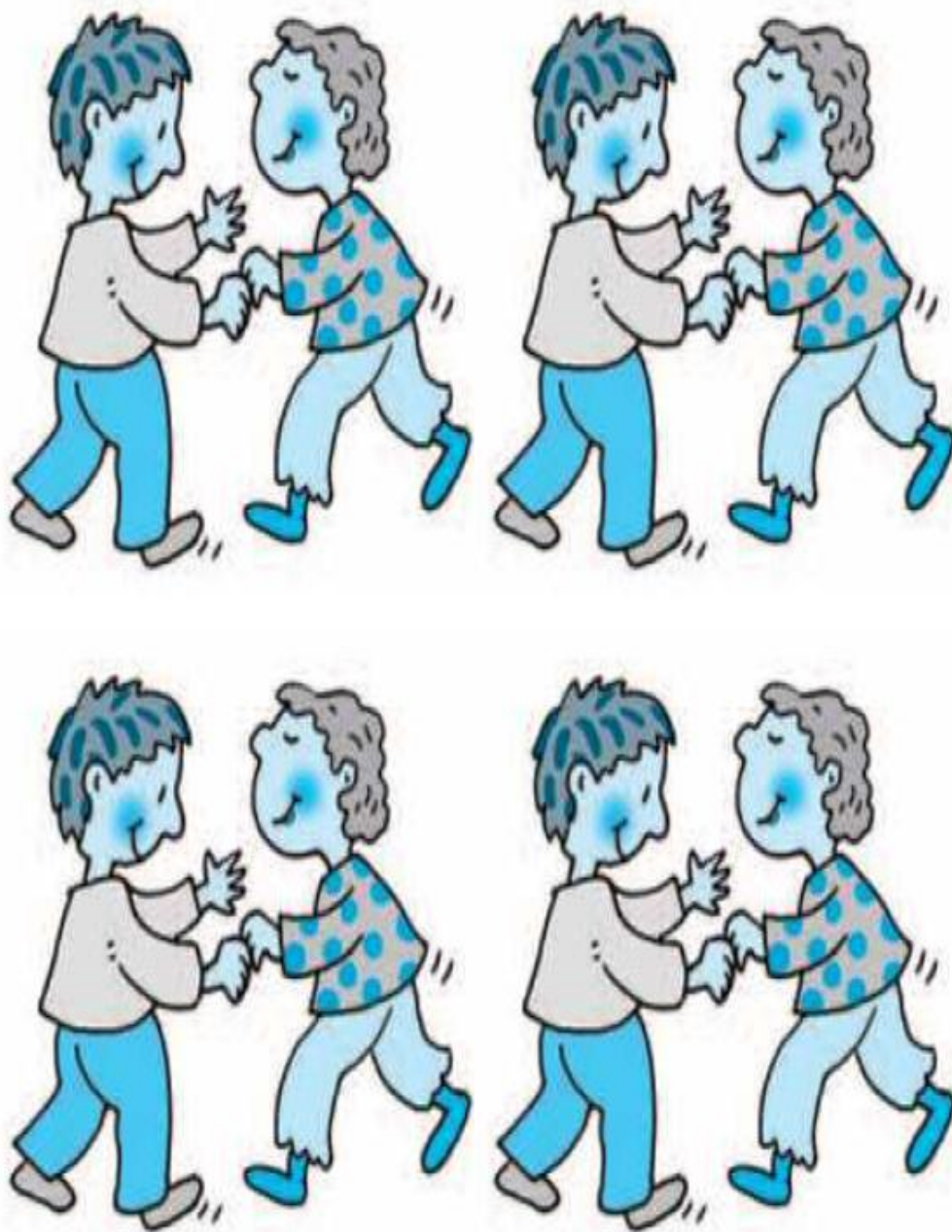


- Completa.

Me siento alegre cuando


Anexo 2: Sesión 2: “El buen estado de ánimo en nuestras vidas”

¿BAILAS...?



### Anexo 3: Sesión 3: “Fortaleciendo relaciones interpersonales”

#### PERDÓN, LO SIENTO.



PERDÓN, LO SIENTO

Nombre .....

- Rodea en cada escena al niño que debe pedir perdón a sus compañeros por lo que ha hecho.



- Escribe tres ocasiones en las que debes pedir perdón.




#### Anexo 4: Sesión 4: “Aprendiendo a ser Empáticos”

##### UN PREMIO PARA TI

RESPETAMOS A LOS DEMÁS CUANDO:	LAS NORMAS DE INTERCAMBIO SON:
<ul style="list-style-type: none"><li>· Llamamos a los compañeros por su nombre y no por un apodo.</li><li>· Escuchamos sin interrumpir.</li><li>· No empujamos por los pasillos.</li><li>· Sabemos guardar un secreto.</li><li>· Valoramos la forma de ser de cada uno.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>· Se hará en silencio absoluto.</li><li>· Nadie puede pedir que le den algún vaso.</li><li>· Hay que repartir los cinco vasos.</li><li>· Se pueden entregar más de un vaso a la misma persona (incluso todos).</li></ul>
<b>SE DIALOGA SOBRE LA EXPERIENCIA VIVIDA.</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>· ¿Cómo te has sentido al recibir vasos?</li><li>· ¿Te ha costado decidir a quién se los dabas?</li><li>· ¿Por quién te has decidido y por qué?</li><li>· ¿Cómo podemos ayudarnos para respetarnos más los unos a los otros?</li></ul>	

## Anexo 5: Sesión 5: “Desarrollo pensamientos positivos”

### “SOLES Y NUBES”



SOLES Y NUBES

Nombre .....

- Dibuja un sol en las situaciones que indican pensamientos positivos y una nube en las que indican pensamientos negativos.



- Alex le ha roto su estuche a María. Marca los pensamientos positivos que puede tener María:

- ☐ Como le pille, le rompo el suyo.
- ☐ Le diré que no lo vuelva a hacer.
- ☐ Ahora mismo le pongo la zancadilla.
- ☐ A ver si en casa lo pueden arreglar.
- ☐ Lo ha hecho sin querer.

## Anexo 6: Sesión 7: “Manejando el Estrés

### ESTRESADOS

Nombre :

Fecha :

---

1)	2)	3)	4)	5)
4486	9727	7574	8518	849
- 2026	- 716	- 1400	- 1007	- 827
<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>

6)	7)	8)	9)	10)
4296	7071	1923	3538	6357
- 3242	- 7050	- 1123	- 235	- 2052
<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>

11)	12)	13)	14)	15)
2903	6627	6339	7300	2610
- 801	- 4224	- 219	- 5200	- 1210
<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>

16)	17)	18)	19)	20)
2819	1236	3862	3882	2145
- 2614	- 203	- 3340	- 3081	- 2122
<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>

21)	22)	23)	24)	25)
7591	843	7891	7887	846
- 6041	- 601	- 3391	- 81	- 115
<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>



SUMA:



$\begin{array}{r} 48 \\ + 14 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 84 \\ + 14 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 15 \\ + 62 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 27 \\ + 46 \\ \hline \end{array}$
$\begin{array}{r} 68 \\ + 13 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 8 \\ + 28 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 80 \\ + 19 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 66 \\ + 8 \\ \hline \end{array}$

Ordena los resultados de menor a mayor:



RESTA:

$\begin{array}{r} 31 \\ - 26 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 19 \\ - 16 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 34 \\ - 9 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 40 \\ - 27 \\ \hline \end{array}$
$\begin{array}{r} 43 \\ - 42 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 19 \\ - 17 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 23 \\ - 19 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 56 \\ - 52 \\ \hline \end{array}$

Ordena los resultados de mayor a menor:

Colorea tantos cuadros como operaciones hayas hecho bien.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



Nombre :

Fecha :

---

1)	2)	3)	4)	5)
4486	9727	7574	8518	849
- 2026	- 716	- 1400	- 1007	- 827
<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>

6)	7)	8)	9)	10)
4296	7071	1923	3538	6357
- 3242	- 7050	- 1123	- 235	- 2052
<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>

11)	12)	13)	14)	15)
2903	6627	6339	7300	2610
- 801	- 4224	- 219	- 5200	- 1210
<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>

16)	17)	18)	19)	20)
2819	1236	3862	3882	2145
- 2614	- 203	- 3340	- 3081	- 2122
<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>

21)	22)	23)	24)	25)
7591	843	7891	7887	846
- 6041	- 601	- 3391	- 81	- 115
<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>

## REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

- Abarca, M. (2004). *La educación emocional en la Educación Primaria: Currículo y Práctica*. Tesis doctoral no publicada.
- Arana, G. y Caritimari, T. (2016). *Personalidad e Inteligencia Emocional en los estudiantes del nivel Primaria de la Institución Educativa Adventista José de San Martín de Tarapoto, 2016*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Peruana Unión, Tarapoto.
- Asociacion Kallpa (2003), *Con la Salud sí se Juega, Manual para talleres de Capacitación*. Editorial: Impresora Amarilys. 1ra. Edición Lima-Perú.
- Bar-On, R.: «*Inteligencia Emocional y Social: Percepciones del cociente emocional inventario* », en R. Bar-On y J. D. A. Parker (Eds.): *Manual de Emocional Inteligencia*. San Francisco, Jossey-Bass, 2000, pp. 363-388.
- Bernal, J.; y Ferrandiz, C. (2011). *Competencia Socio-Emocional en Alumnos de 6° de Educación Primaria*. Murcia-España.
- Bobadilla, B. (2017). *Inteligencia emocional en estudiantes de cuarto año de secundaria de la I.E. N° 3081 "Almirante Miguel Grau Seminario" S.M.P, 2017*
- Buenrostro, A., Valadez, M., Soltero, R.; Nava, G.; Zambrano, R.; Y Garcia, A., (2011) "*Inteligencia emocional y rendimiento académico en adolescentes*".
- Buitrago, R., (2012), "*Contexto Escolar e Inteligencia Emocional en Instituciones Educativas Públicas del Ámbito Rural y Urbano del Departamento de Boyacá (Colombia)*", (Tesis Doctoral).

- Carranza, E., (2016), *Disciplina Positiva: ¿Cómo educar con Inteligencia Emocional?*, Ediciones Corefo, Instituto Pedagógico Nacional Monterrico.
- Echevarria, L. (2012), *“Estrategias de Afrontamiento al Estrés en Relación con la Inteligencia Emocional en Niños de 7 a 12 años de Edad Víctimas de Desastre”* (Tesis de Grado)
- Educapeques – Portal De Educación Infantil Y Primaria  
<https://www.educapeques.com/escuela-de-padres/6-sombreros-para-pensar.html> Educar%20emociones%203%20a%206%20a%C3%B1os.pdf
- Extremera, N. Y Fernández-Berrocal, P. (2004). *El papel de la inteligencia emocional en el alumno: evidencias empíricas*
- Garaigordobil, M., & García de Galdeano, P. (2006). *Empatía en niños de 10 a 12 años*. *Psicothema*, 18 (2), 180-186.
- Goleman, D. (1998) *Inteligencia Emocional*, Barcelona, España, Editorial: Kairos S.A.
- Goleman, D (2011) *El Cerebro y la Inteligencia Emocional*, Barcelona, España, Editorial: B. S.A.
- Goleman, D., (2012), *La práctica de la Inteligencia emocional*
- Gonzales L., (2016). *“Relación entre la Inteligencia Emocional, Recursos y Problemas Psicológicos, en la Infancia y Adolescencia”* (Tesis Doctoral). Valencia – España

- Guma, P. (2009), *Risoterapia: Curando con Risas*, Editorial; ORBET S.A.C., 1ra. Edición Lima-Perú
- Hernandez R., Fernandez C., Baptista L. (2014) *Metodología de la Investigación*. 6ta. Edición, México D.F. Editorial: Mc. Graw Hill.
- Informe Delors de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI (1997)
- Instituto Nacional De Estadística e Informática - *Encuesta Nacional sobre Relaciones Sociales ENARES 2013 y 2015 (PRINCIPALES RESULTADOS)*
- Manrique, F. (2012), *“Inteligencia Emocional y Rendimiento Académico en Estudiantes del V Ciclo Primaria de una Institución Educativa de Ventanilla Callao”* (Tesis de grado)
- Mestre, J. & Fernandez Berrocal, P. (2007), *Manual de Inteligencia Emocional*. Madrid – España. Editorial: Pirámide
- Molero, C.; Saiz Vicente, E.; Esteban, C.; (1998). *Revisión histórica del concepto de inteligencia: una aproximación a la inteligencia emocional*. Revista Latinoamericana de Psicología, 11-30.
- Murillo W., La Investigación Científica. Recuperado de <http://www.monografias.com/trabajos15/invest-científica/investcientífica.shtm>
- Navarro, V. (2010) *Taller de Autoestima*, Centro Peruano de Teatro.

- Núñez Del Río, C. Y Fontana Abad, M. (2009). *Competencia socioemocional en el aula: características del profesor que favorecen la motivación por el aprendizaje en alumnos de Enseñanza Secundaria Obligatoria*. Revista Española de Orientación Psicopedagógica (REOP), 20 (3), 257-269.
- Habilidades para el Progreso Social: *El Poder de las Habilidades Sociales y Emocionales OECD* (2015), Resumen Ejecutivo.
- Ortega Navas, M. C. (2010). *La Educación Emocional y sus implicaciones en la Salud*. Revista Española de Orientación Psicopedagógica (REOP), 21(2), 462-470.
- Perez, C. (2014), *“Relación entre la Inteligencia Emocional y la Conducta Prosocial en alumnos de 3er. Ciclo de Primaria de 3 Colegios Públicos de Archena”*. Ediciones de la Universidad de Murcia: Editum.
- Pinedo, L. (2017) *“La Inteligencia Emocional en los Estudiantes del primer grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa Almirante Miguel Grau Seminario del Centro Poblado de Almirante Grau, distrito de Bajo Biavo, Provincia de Bellavista, Región San Martín 2016”*
- Piñeiro, B. (2015) *Educación de las emociones en la primera infancia*
- Punset, E. (2013), *Aprender a Gestionar las Emociones*.
- Punset, E. (2014); *Inteligencia Emocional-Claves para enfrentarse al mundo de hoy*.
- Quispe, I., (2012), *Inteligencia Emocional en alumnos de sexto grado de una institución educativa policial y una estatal del distrito Callao*. (Tesis de Grado)

- Ramírez, T. (1999). *Como hacer un proyecto de investigación*. (1ra ed.). Caracas, Panapo.
- Real Academia Española y Asociación de Academias de la Lengua Española (2014). «emoción». *Diccionario de la lengua española* (23.<sup>a</sup> edición). Madrid: Espasa. ISBN 978-84-670-4189-7. Consultado el 15 de enero de 2018.
- Real Academia Española y Asociación de Academias de la Lengua Española (2014). «inteligencia<sup>1</sup>». *Diccionario de la lengua española* (23.<sup>a</sup> edición). Madrid: Espasa. ISBN 978-84-670-4189-7. Consultado el 15 de enero de 2018.
- Renon Plana, A. (2008), *Educación Emocional – Programa para Educación Primaria (6 a 12 años)*, Tercera Edición, Madrid – España.
- Rodriguez Peñuelas, M. (2010). *Métodos de investigación*. 1ra. Edición, Editorial: Universidad Autónoma de Sinaloa - México.
- Salovey, P., & Mayer, J.D. (1989). *Inteligencia Emocional*. Vol. 9, No. 3, pp185-211.
- SALOVEY, P. y SLUMR, D.: *Desarrollo emocional e inteligencia emocional: implicaciones para educadores*. Nueva York, Básico Boolcs, 1997.
- Sanchez, H. Y Reyes, C. (2006) *Metodología y diseño de la investigación científica*. Lima: Editorial Visión Universitaria.
- Shapiro L., *La Inteligencia Emocional en los niños*.

- Trianes, M.V., Cardelle-Elawar, M.,Blanca,M.J.Y Muñoz,A.M. (2003). *Contexto social, género y competencia social autoevaluada en alumnos andaluces de 11-12 años*. Electronic Journal of Research in Educational Psychology, 1 (2), 37-56.
- Ugarriza, N. & Pajares, L., (2005) *Manual Técnico del Inventario de Inteligencia Emocional de Bar On Ice NA en niños y Adolescentes, Muestra de Lima Metropolitana*.



# ANEXOS

## ANEXO 1. Matriz De Consistencia

**Título: Inteligencia Emocional En Alumnos Del Nivel Primaria De Una Institución Educativa Particular De Cañete 2017**

**Autor: Bachiller Manuel Angel Valdivia Estrada**

DEFINICIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	DEFINICIÓN DE LA VARIABLE	DEFINICIÓN OPERACIONAL	METODOLOGÍA
<p>Problema general</p> <p>¿Cuál es el nivel de Inteligencia Emocional que predomina en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017?</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Conocer el nivel de Inteligencia Emocional en alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017</p>	<p>Variable: Según Rauven BarOn la Inteligencia Emocional es el conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales y de destrezas que influyen en nuestra habilidad para adaptarnos y enfrentar las demandas y presiones del medio; agrupadas en los componentes: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés e impresión positiva.</p>	<p>Dimensiones: El puntaje se obtuvo a través del Inventario de Inteligencia Emocional Bar-On ICE: NA Forma Abreviada (30 ítems) Adaptación y Estandarización en una muestra de Lima Metropolitana – Nelly Ugarriza Chavez y Liz Pajares Del Aguila.</p>	<p>Tipo: Básica o Pura</p> <p>Enfoque: Cuantitativo</p> <p>Nivel: Descriptivo</p> <p>Diseño: No Experimental de corte transversal</p> <p>Población: Alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete – 2017.</p> <p>Muestra: De tipo Censal, ya que incluyeron a todos los</p>
<p>Problemas específicos</p> <p>-¿Cuál es el nivel del Componente Intrapersonal que predomina en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017?</p> <p>-¿Cuál es el nivel del Componente Interpersonal que predomina en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017?</p> <p>-¿Cuál es el nivel del Componente de Adaptabilidad en los alumnos del nivel</p>	<p>Objetivos específicos</p> <p>-Identificar el nivel del Componente Intrapersonal que predomina en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017.</p> <p>-Identificar el nivel del Componente Interpersonal que predomina en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017.</p> <p>-Identificar el nivel del Componente de Adaptabilidad, según sexo, en los</p>			

primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017?

-¿Cuál es el nivel del Componente de Manejo del Estrés, según sexo, que predomina en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017?

-¿Cuál es el nivel del Componente de Adaptabilidad según grado, en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017?

alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017.

-Identificar el nivel del Componente de Manejo del Estrés, según sexo, que predomina en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017.

-Identificar el nivel del Componente de Adaptabilidad, según grado, en los alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017.

alumnos del nivel primaria.

Técnica: Directa

Instrumento:  
EQI-YV Bar On  
Emotional  
Quotient  
Inventory.

Inventario de  
Inteligencia  
Emocional de  
Bar-On ICE: NA

Adaptado Por  
Nelly Ugarriza  
Chavez y Liz  
Pajares

---

ANEXO 2. Carta de Presentación a la Institución Educativa Particular



Universidad  
**Inca Garcilaso de la Vega**

**Nuevos Tiempos. Nuevas Ideas**

Facultad de Psicología y Trabajo Social

Lima, 16 de noviembre del 2017

Carta N° 3111-2017-DFPTS

**LICENCIADA**

**ISABEL MARTINA RODRIGUEZ FAUSTINO**

**DIRECTORA**

**I.E.P. SANTA MARIA MADRE DEL AMOR HERMOSO**

Presente.-

Luego de recibir mis saludos y muestras de respeto, presento al señor **Manuel Angel VALDIVIA ESTRADA**, estudiante de la Carrera Profesional de Psicología de nuestra Facultad, identificado con código 74-186348-0, quien desea realizar una muestra representativa de investigación en la Institución que usted dirige; para poder así optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología, bajo la Modalidad de Suficiencia Profesional.

Agradezco la atención a la presente carta y renuevo mis cordiales saludos.

Atentamente,



Dr. RAMIRO GÓMEZ SALAS  
Decano (e)  
Facultad de Psicología y Trabajo Social

RGS/orh  
Id. 773995



Fecha 21-11-17

Av. Petit Thouars 248, Lima  
Teléfonos: 433 1615 / 433 2795 Anexo: 3304  
E-mail: psic-soc@uigv.edu.pe

### ANEXO 3. INVENTARIO EMOCIONAL Bar On ICE: NA – Abreviado

Adaptado por Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares Del Águila



Universidad  
**Inca Garcilaso de la Vega**  
Nuevos Tiempos. Nuevas Ideas

## INVENTARIO EMOCIONAL Bar-On: NA - Abreviado

Adaptado por Dra. Nelly Ugarriza Chávez

### INSTRUCCIONES

Lee cada oración y elige la respuesta que mejor te describe, hay cuatro posibles respuestas:

1. Muy rara vez

2. Rara vez

3. A menudo

4. Muy a menudo

Dinos cómo te sientes, piensas o actúas **LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO EN LA MAYORÍA DE LUGARES**. Elige una, y sólo UNA respuesta para cada oración y coloca un ASPA sobre el número que corresponde a tu respuesta. Por ejemplo, si tu respuesta es “Rara vez”, haz un ASPA sobre el número 2 en la misma línea de la oración. Esto no es un examen; no existen respuestas buenas o malas. Por favor haz un ASPA en la respuesta de cada oración.

		Muy rara vez	Rar a vez	A menud o	Muy a menud o
1.	Me importa lo que les sucede a las personas.	1	2	3	4
2.	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	1	2	3	4
3.	Me gustan todas las personas que conozco.	1	2	3	4
4.	Soy capaz de respetar a los demás.	1	2	3	4
5.	Me molesto demasiado de cualquier cosa.	1	2	3	4
6.	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.	1	2	3	4
7.	Pienso bien de todas las personas.	1	2	3	4
8.	Peleo con la gente.	1	2	3	4
9.	Tengo mal genio.	1	2	3	4
10	Puedo comprender preguntas difíciles.	1	2	3	4
.					
11	Nada me molesta.	1	2	3	4
.					
12	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.	1	2	3	4

.					
13	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.	1	2	3	4
.					
14	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.	1	2	3	4
.					
15	Debo decir siempre la verdad.	1	2	3	4
.					
16	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.	1	2	3	4
.					
17	Me molesto fácilmente.	1	2	3	4
.					
18	Me agrada hacer cosas para los demás.	1	2	3	4
.					

		Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
19	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.	1	2	3	4
.					
20	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.	1	2	3	4
.					
21	Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.	1	2	3	4
.					
22	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.	1	2	3	4
.					
23	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.	1	2	3	4
.					
24	Soy bueno (a) resolviendo problemas.	1	2	3	4
.					
25	No tengo días malos.	1	2	3	4
.					
26	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.	1	2	3	4
.					
27	Me fastidio fácilmente.	1	2	3	4
.					
28	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	1	2	3	4
.					
29	Cuando me molesto actúo sin pensar.	1	2	3	4
.					
30	Sé cuando la gente está molesta aún cuando no dicen nada.	1	2	3	4
.					

***Gracias por completar el cuestionario.***

#### Anexo 4. Ficha Sociodemográfica



Universidad  
**Inca Garcilaso de la Vega**  
Nuevos Tiempos. Nuevas Ideas

#### DATOS SOCIO-DEMOGRÁFICOS

En el siguiente cuadro se exponen preguntas que deben ser llenados con los datos personales. Cuya información será uso exclusivamente para la investigación científica, cuidando la información del alumno(a).

**Instrucciones:** Se debe marcar con un aspa (X), puede ser en el número, como en la palabra. En las opciones que tengan espacios “\_\_\_\_\_” debe ser correctamente llenado con letra que se pueda comprender.

Edad:        7años        8años        9años        10años        11años        12años

Grado:        (1ro)        (2do)        (3ro)        (4to)        (5to)        (6to)

Sexo:        Masculino        Femenino

Fecha: \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

## Anexo 5. Consentimiento Informado

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

El motivo de la hoja del Consentimiento Informado es dar a conocer a los participantes de este estudio los motivos principales por la cuales están siendo evaluados; además, el propósito al que se quiere llegar.

La siguiente evaluación es para conocer el nivel de Inteligencia Emocional que es la variable del estudio cuantitativo a realizarse para el Programa de Suficiencia Profesional, estudio que está siendo dirigido por Manuel Angel Valdivia Estrada, bachiller en Psicología de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

Para la evaluación correspondiente se requiere la participación voluntaria de cada participante por medio de este documento la cual es una formalidad que garantiza el uso de los resultados obtenidos mediante esta escala y fichas para el uso netamente científicos, haciendo reserva de los datos personales de cada participante. Por otro lado, cualquier pregunta respecto a esta evaluación y sus resultados puede darse previo contacto con mi persona al correo [mavaldiviaes@gmail.com](mailto:mavaldiviaes@gmail.com). O por otro lado puede proceder a no resolver estas evaluaciones.

Sin embargo, si usted desea continuar con la evaluación se le solicitará responder a las preguntas a continuación de cada evaluación, teniendo un promedio aproximado de 15 minutos para resolverlos.

Si decide ser parte de la siguiente investigación y conceder su consentimiento informado, deberá firmar en la parte inferior de este documento.

---

Firma del participante.



## Anexo 6. Estadísticas de confiabilidad

### Confiabilidad de la Escala de Inteligencia emocional NA (n=30)

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
,813	,830	30

*Elaboración obtenida a través del SPSS 22.*

## Anexo 7. Estadísticos descriptivos

### Media y Desviación estándar de los Componentes de la Inteligencia emocional

<b>Estadísticos descriptivos</b>		
	Media	Desviación estándar
INTRAPERSONAL	106,4583	19,79112
INTERPERSONAL	115,2222	13,42609
MANEJO DEL ESTRES	105,0000	22,18107
ADAPTABILIDAD	103,2778	17,14497
IMPRESION POSITIVA	106,2917	19,53937
COCIENTE EMOCIONAL	113,9306	20,17621

*Elaboración obtenida a través del SPSS 22.*

## Anexo 8. Estadísticos

### Mínimo y Máximo de los Componentes de la Inteligencia emocional

<b>Estadísticos</b>		
	Mínimo	Máximo
INTRAPERSONAL	56,00	138,00
INTERPERSONAL	69,00	132,00
MANEJO DEL ESTRES	62,00	133,00
ADAPTABILIDAD	59,00	126,00
IMPRESION POSITIVA	65,00	148,00
COCIENTE EMOCIONAL	67,00	146,00

*Elaboración obtenida a través del SPSS 22.*

## Anexo 9. Pautas de Interpretación

### Pautas para interpretar los puntajes estándares del BarOn ICE: NA Abreviado

Rangos	Pautas de Interpretación
130 y más	Capacidad emocional y social atípica. Excelentemente desarrollada.
120 a 129	Capacidad emocional y social muy alta. Muy bien desarrollada.
110 a 119	Capacidad emocional y social alta. Bien desarrollada.
90 a 109	Capacidad emocional y social adecuada. Promedio.
80 a 89	Capacidad emocional y social baja. Mal desarrollada. Necesita mejorarse.
70 a 79	Capacidad emocional y social muy baja. Necesita mejorarse considerablemente.
69 a menos	Capacidad emocional y social atípica y deficiente. Nivel de desarrollo marcadamente bajo.

Fuente: Ugarriza, N. & Pajares, L., (2005) *Manual Técnico del Inventario de Inteligencia Emocional de Bar On Ice NA*

## Anexo 10. Estadísticas de total de elemento

Estadísticas de total de elemento				
	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	86,2500	144,331	,442	,802
Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.	86,1806	146,460	,397	,805
Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.	86,5000	160,113	-,072	,826
Puedo fácilmente describir mis sentimientos.	86,2222	140,936	,568	,797
Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.	86,0278	147,379	,333	,808
Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.	86,6528	156,681	,052	,819
Me importa lo que les sucede a las personas.	85,2083	152,195	,416	,807
Soy capaz de respetar a los demás.	85,6250	145,533	,605	,799
Me agrada hacer cosas para los demás.	85,2083	151,604	,471	,805
Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.	85,8194	153,699	,170	,814
Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	85,2222	153,865	,350	,808
Sé cuándo la gente está molesta aun cuando no dicen nada.	85,8889	152,523	,240	,811
Me molesto demasiado de cualquier cosa.	86,2500	144,585	,476	,801
Peleo con la gente.	85,8194	147,080	,477	,802
Tengo mal genio.	85,8472	147,314	,389	,805
Me molesto fácilmente.	85,8194	151,051	,331	,808
Me fastidio fácilmente.	86,0417	148,660	,341	,807
Cuando me molesto actúo sin pensar.	86,0833	145,768	,488	,801
Puedo comprender preguntas difíciles.	85,8056	145,483	,503	,801
Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.	85,5278	146,844	,422	,804
Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.	86,1111	153,424	,204	,812
Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.	85,9722	141,013	,658	,794
Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.	85,5556	147,095	,579	,800
Soy bueno (a) resolviendo problemas.	85,9028	154,850	,137	,815
Me gustan todas las personas que conozco.	86,1806	160,009	-,065	,823
Pienso bien de todas las personas.	85,9306	143,897	,595	,798
Nada me molesta.	86,2222	147,133	,394	,805
Debo decir siempre la verdad.	85,5278	142,985	,581	,797
Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.	86,5139	167,183	-,285	,834
No tengo días malos.	86,6667	157,662	,017	,820

*Elaboración obtenida a través del SPSS 22.*

## ACTA DE ORIGINALIDAD

Yo, Mg. Fernando Joel Rosario Quiroz, asesor y revisor del trabajo académico titulado

“INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ALUMNOS DEL NIVEL PRIMARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR DE CAÑETE 2017.” Elaborado por VALDIVIA

ESTRADA, MANUEL ANGEL indicó que este trabajo ha sido revisado con la herramienta Turnitin la cual evalúa el riesgo de plagio y he constatado lo siguiente:

El citado trabajo académico tiene un índice de similitud de 20 %, en el reporte de originalidad del programa Turnitin, grado de coincidencia considerado como mínimo.

Por lo tanto se concluye que el trabajo es considerado como adecuado para el ámbito académico y no constituye plagio, además ha respetado la autoría de los postulados teóricos los cuales han sido referenciados utilizando las normas APA, cumpliendo con todas las normas de similitud establecidos por la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

Lima, 18 de marzo de 2018




Mg. Fernando Joel Rosario Quiroz

## Anexo 12. Captura de Similitud a través del Turnitin

Feedback Studio - Google Chrome  
Seguro | https://w.turnitin.com/app/carta/es/To=905430823&u=1036840451&lang=es&id=1

feedback studio Manuel Valdivia Estrada Inteligencia Emocional en alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017

18 de 19



Trabajo de Suficiencia Profesional

Inteligencia Emocional en alumnos del nivel primaria de una Institución Educativa Particular de Cañete 2017

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología

Presentado por:

Autor: Bachiller Manuel Angel Valdivia Estrada

Asesor

**Resumen de coincidencias**

**20 %**

Se están viendo fuentes estándar

[Ver fuentes en inglés \(beta\)](#)

**Coincidencias**

1	www.gacetauliana.ausk...	1 %
2	revistaainvestigacion.u...	1 %
3	dspace.unach.edu.ec	1 %
4	dialnet.unirioja.es	1 %
5	ucvvirtual.edu.pe	1 %
6	freesno.ultima.edu.pe	1 %
7	dehesa.unex.es	1 %
8	herra.ugr.es	1 %

Página: 1 de 54 Número de palabras: 11318

Text-only Report

00:35 a.m. 22/05/2018

Reporte obtenido a través del Asesor Mg. Fernando Joel Rosario Quiroz – Turnitin. (Feedback studio).